

# अमरनाथ यात्रा गाईड

693



*A Pilgrimage to sacred AMARNATH CAVE*

## अमर कथा

विवरण सहित

रणजीत सिंह

जुगल किशोर

अमीरा कदल श्रीनगर (काश्मीर)





Copy Rights Reserved

॥ श्री हरि ॥

# श्री अमरनाथ जी

की

यात्रा गाइड तथा अमर कथा

(सचित्र व नक्शा सहित)

लेखक

आचार्य श्री शिवनाथराय जी 'तस्कीन'

सर्वाधिकार सुरक्षित

शारदा पुस्तकालय

11th Edition

(संजीवनी गा. द. के. द.)

क्रमांक... 693 ...

प्रकाशक

रणजीतसिंह फोये डीलर्स

अमीरा कदल श्रीनगर (काशमीर)

गजाव हौजरी हाउस, २६ लाल चौक, श्रीनगर

Price Rs. 2

मूल्य : दो रुपये

## विषय-सूची

तीर्थ में क्यों जाना चाहिए ?	३
तीर्थ यात्रा की शास्त्रीय विधि	५
अमरनाथ दिग्दर्शन	६
यात्रा का समय, मार्ग, पहलगांव से अमरनाथ गुफा	६
बूढ़े अमरनाथ, अमरनाथ की कथा	१२-१३
शुकदेव के जन्म की कथा	१४
श्री शुकदेव जी महाराज का जनक को गुरु धारण करना	१६
कथा	१७
श्री सूर्यनारायण का पूजन	२१
बालखिल्य तीर्थ का महात्म्य	२५
मामलेश्वर तीर्थ की उत्पत्ति की कथा	२७
मृगुपति तीर्थ	२५
श्री लम्बोदर की कथा	२६
रमजनीपाल	२७
स्थानु आश्रम (चन्दनवाड़ी)	२८
पिस्सूघाटी	३०
शेषनाग पर्वत	३६
हुत्यारा तालाब	३९
पंचतरनी गंगा	३४
डमारक देवता की कथा	३५
गर्मयोनि	३०
अमरेश महादेव	३६
कबूतरों का रहस्य, यात्रा का समय	४२
श्री वैष्णो देवी का विवरण	४४
केशमीर	५४



# अमरनाथ गुफा का रहस्य

(विवरण सहित)

तीर्थ में क्यों जाना चाहिए ?

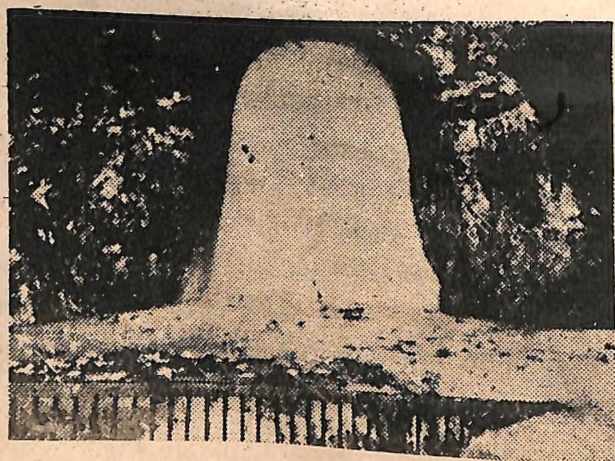
भगवत प्राप्ति के लिए । भगवान का ज्ञान, काम लोभवर्जित साधुसंग होता है साधु मिलते हैं तीर्थों में ।

वलीपलितदेही वा यौवनेनान्वितोऽपि वा ।  
 ज्ञात्वा मृत्युमनिस्तीर्थं हरशरणमाव्रजेत् ॥  
 तत्कर्तुं न चच्छ्रवणे वन्दने त य पूजने ।  
 मतिरेव प्रकृतं व्या नान्यत्र वनितादिषु ॥  
 सर्वं नश्वरमालोक्य क्षणस्थायि मृदु खदम् ।  
 जन्म मृत्यजरातीतं भक्ति बलभपच्युतम् ॥  
 स हरिर्जायते साधुसंगमान् पापववितात् ।  
 येषां कृपातः पुरुषा भवन्त्यसुखवर्जिताः ॥  
 ते साधवः शान्तरागाः कामलोभविवर्जिताः ।  
 ब्रुवन्ति यम्महाराज तत् संसारनिवर्तकम् ॥  
 तीर्थेषु लभ्यते साधू रामचन्द्रपरायणः ।  
 यद्दर्शनं नृणां पापराशिदाहाशुशुक्ष्णि ॥  
 तस्मात् तीर्थेषु गन्तव्यं नरैः संसारभीरुभिः ।  
 पुण्योदवेषु सततं साधु श्रेणिविराजिषु ॥  
 (पद्मपुराण, पाताल खण्ड १६। १०-१२, २४-१७)

मनुष्य जीवन का प्रधान उद्देश्य और एक मात्र परम लाभ है, भगवत प्राप्ति ! मनुष्य के शरीर में चाहे भुरियाँ पड़ गई हों, सिर के बाल पक गये हों अथवा वह अभी तक युवक अवस्था ही हो पाई है, मृत्यु को कोई टाल नहीं सकता—यों समझ कर (भगवत प्राप्ति के लिए) भगवान के शरण जाना चाहिए तथा भगवान के कीर्तन, श्रवण वन्दन और पूजन में मन लगाना चाहिये । स्त्री पुत्रादि अन्य संसारी वस्तुओं में नहीं । यह सारा प्रपञ्च नाशवान

क्षण भर रहने वाला तथा अत्यन्त दुःख देने वाला है, परन्तु श्री भगवान का जन्म मृत्यु और जीवन से परे हैं (वह नित्य सत्य है) और भक्ति देवी के प्राणवल्लभ तथा अच्युत (सदा अपने सच्चिदानन्द स्वरूप में स्थिति है) यह विचार कर भगवान का भजन करना उचित है :

उन भगवान का 'उनके स्वरूप, तत्व, गुण लीला, नाम आदि का' ज्ञान होता है पाप रहित साधु संग से—उन साधुओं के संग जिनकी कृपा से मनुष्य दुःख से छूट जाते हैं। साधु (वह नहीं है जो केवल नामवारी है और मन में नहीं है) साधु वस्तुतः वह है जिनकी क-परलोक के विषयों में आसक्ति नहीं रह गई जिनके मन काम संकल्प नहीं है तथा जो लोभ से रहित है अर्थात् जो अनासक्त तथा घन और स्त्री से किसी प्रकार का मानसिक सम्पर्क भी नहीं रखते। ऐसे साधु जो उपदेश देते हैं उससे संसार का बन्धन छूट जाता है (भगवत् प्राप्ति) हो जाती है। ऐसे भगवान श्री रामचन्द्र जी के भजन में लगे हुए साधु मिलते हैं तीर्थों में इनका दर्शन मनुष्यों की पापराशि जला डालने के लिए अग्नि का काम करता है। इसलिए जो लोग संसार से डरे हुए हैं अर्थात् संसार बन्धन से छूटना चाहते हैं, उनको पवित्र जल वाले तीर्थों में सदा साधु महात्माओं के सहवास से सुशोभित रहना चाहिए, अवश्य जाना चाहिए।





# तीर्थ यात्रा को शास्त्रीय विधि

विरागं जनयेत् पूर्वं कलागादिकुटुम्बके ।  
 असत्यभूतं तज्जात्वा हरि तु मनसा स्मरेत् ॥  
 क्रोशमात्र ततो गत्वा राम रामेति च ब्रूवन् ।  
 तत्र तीर्थादिषु स्नात्वा क्षीरं कुर्याद्विषनावित् ॥  
 मनुष्याणां च पापानि तीर्थानि प्रति गच्छताम् ।  
 केशमाश्रित्य तिष्ठन्ति तस्मात् तद्वपनं चरेत् ॥  
 ततो दण्डं तु निर्ग्रन्थि कमण्डलुमथाजिनम् ।  
 विभृयात्त्र्योभनिर्मुक्तस्तीर्थवेषधरो नरः ॥  
 विधिना गच्छतां नृणां फलावाप्तिविशेषतः ।  
 तस्मात् सर्वप्रयत्नेन तीर्थयात्राविधिं चरेत् ॥  
 यस्य हस्तौ च पादौ च मनश्चैव सुसंयतम् ।  
 विद्या तपश्च कीर्तिश्च स तीर्थफलमश्नुते ॥  
 हरे कृष्ण हरे कृष्ण भक्तवत्सल गोपते ।  
 शरणं भगवन् विष्णो मां पाहि बहुसंसृते ॥  
 इति ब्रूवन् रसनया मनसा च हरि स्मरन् ।  
 पादचारो गतिं कुर्यात् तीर्थं प्रति महोदयः ॥

(पद्मपुराण, पाताल खण्ड १६ । १६-२६)

(तीर्थ यात्रा करने का निश्चय करके) सबसे पहले स्त्री, कुटुम्ब, घर, पदार्थ आदि को असत्य जान कर उनमें जरा भी आसक्ति न रहने दे और मन से श्री भगवान का स्मरण करे । (घर-परिवार धनादि में मन अटका रहेगा तो उन्हीं का स्मरण होगा—तीर्थ यात्रा का उद्देश्य ही याद नहीं रहेगा) तदनन्तर 'राम राम' की रट लगाते हुए तीर्थ यात्रा आरम्भ करे । एक कोस जाने के बाद वहाँ तीर्थ (पवित्र नदी तालाब कुएं आदि में स्नान करके और

करवा ले। यात्रा की विधि जानने के लिए आवश्यक है तीर्थों की ओर जाने वाले मनुष्यों के पाप उनके बालों पर आकर ठहर जाते हैं, अतः उनका मुण्डन करा देना चाहिए। उसके बाद बिना गाँठ का दण्ड अर्थात् मोटी चिकनी बाँस की मजबूत लाठी, कमण्डल और आसन लेकर तीर्थ के उपयोगी वेष धारण करे (पूरी सादगी स्वीकार करे) तथा (घन, मान, बड़ाई, सत्कार पूजा आदि के) लोभ का त्याग कर दें। इस विधि से यात्रा करने वाले मनुष्यों को विशेष रूप से फल की प्राप्ति होती है। इसलिए पुरा प्रयत्न करके तीर्थ यात्रा की विधि का पालन करे। जिनके दोनों हाथ और दोनों पैर तथा मन वश में होते हैं अर्थात् क्रमशः भगवान की सेवा में लगे रहते हैं और जिसमें (अध्यात्मक) विद्या, तपस्या तथा कीर्ति होती है, वह तीर्थ के फल को प्राप्त करता है।

हरे कृष्ण हरे कृष्ण भक्तवत्सल गोपते।

शरण्यं भगवन् विष्णो मां पाहि बहुसंयुते ॥

जीभ से इस मंत्र का उच्चारण तथा मन से भगवान का स्मरण करते हुए पैदल ही तीर्थ यात्रा करनी चाहिए, तभी यह महीन अम्युदय की प्राप्ति कराने वाली होती है।

## ★ अमरनाथ दिग्दर्शन

अमरनाथ का परमपावन क्षेत्र कश्मीर में पड़ता है। कश्मीर जाने के लिए सबसे पहले जम्मू जाना पड़ता है। जम्मू (उत्तरी रेलवे) का आखिरी स्टेशन है। देश के प्रत्येक भाग से जम्मू के लिए सीधी गाड़ी मिलती है। जम्मू से बस द्वारा श्री नगर (कश्मीर) जाना पड़ता है। प्रायः प्रत्येक रेलवे स्टेशन से कश्मीर की राजधानी श्रीनगर जाने के लिये तीन महीने की वापसी टिकट अच्छी रीति-रिवाज के साथ मिल जाते हैं। इस सम्बन्ध में अपने पास के स्टेशन मास्टर से पता लगा लेना चाहिए : कश्मीर यात्रा का समय है अप्रैल से सितम्बर और अमरनाथ यात्रा जुलाई के आरम्भ से पुरे अगस्त तक किसी समय की जा सकती है।



काश्मीर यात्रा के लिए अन्तिम रेलवे स्टेशन जम्मू मिलता है। यह एक सुन्दर नगर है। आप जाते समय या लौटते समय पठानकोट से तीन तीर्थों की यात्रा कर सकते हैं-१. कांगड़ा, २. कांगड़ा बैजनाथ, ३. ज्वालामुखी। पठानकोट से बैजनाथ पपरोला तक रेलवे लाइन जाती है। इस लाइन पर ५० मील पर ज्वालामुखी रोड स्टेशन है। १३ मील दूर पहाड़ी पर ज्वालामुखी मन्दिर है। यह १३ मील पैदल का मार्ग है। इस मन्दिर में पृथ्वी गर्भ से सदा अग्नि शिखा निकलती रहती है। यह ५१ शक्ति पीठों में एक शक्तिपीठ है। ज्वालामुखी रोड से १० मील आगे कांगड़ा मन्दिर स्टेशन है। यहाँ विजयेश्वरी अथवा देवी का मन्दिर है इस लाइन पर २१ मील आगे बैजनाथ पपरोला स्टेशन है। यहाँ श्री वैद्यनाथ शिवलिंग है। कुछ लोग इसी शिवलिंग को द्वादशः ज्योतिर्लिंगों में मानते हैं। यहाँ शिवरात्रि को मेला लगता है। इन तीर्थों की यात्रा करके आप पांचवें दिन जम्मू लौटकर आ सकते हैं।

काश्मीर की यात्रा जम्मू से श्रीनगर जाते समय मार्ग में ही आपको ड्राइवर पहाड़ी पर जाता एक मार्ग दिखाएगा। वह मार्ग वैष्णव देवी को जाता है। आश्विन नवरात्र में वहाँ मेला होता है और तब यात्री भी जाते हैं, किन्तु अत्यन्त वन्य एवं निर्जन मार्ग होने से एक दूसरे समय में वहाँ की यात्रा कठिन ही है।

श्रीनगर तथा उसके आस-पास अनेक सुन्दर दर्शनीय स्थान हैं। श्रीनगर से लगी हुई एक पहाड़ी पर श्री आद्यशंकराचार्य द्वारा स्थापित शिवलिंग है। इस पर्वत को ही शंकराचार्य कहते हैं। लगभग दो मील कड़ी चढ़ाई के बाद यात्री मन्दिर में पहुँचते हैं पूरा श्रीनगर जैसे मन्दिर के चरणों में पड़ा है और मूर्ति इतनी भव्य है कि चढ़ाई का सब श्रम दर्शन करते ही भूल जाता है। मन्दिर बहुत प्राचीन है, पुरासत्त्वविदों के मतानुसार भी लगभग दो सहस्र वर्ष प्राचीन है।

शंकराचार्य के पर्वत के नीचे शकर का मठ है। कहा जाता है कि यह जगद्गुरु शंकराचार्य द्वारा स्थापित है इस स्थान को दुर्गनाथ का मन्दिर भी कहते हैं। नगर में शाहहमदन की मस्जिद है, जो देवदार की लकड़ी से चौकोर बनी

है। यह मस्जिद प्राचीन मस्जिद ध्वज से बनाई गई है। इसके कोने में पानी का एक स्त्रोत है, हिन्दू उस स्थान की पूजा करते हैं और मानते हैं कि वह काली मन्दिर का स्थान है। नगर में चौधे पुल के पास महाश्री का पाँच शिखरों वाला मन्दिर जो अब शमशान भूमि में बदल गया है। नगर के पास हरि नामक एक छोटी पहाड़ी है। बादशाह अकबरा ने उस पर एक परकोटा बनवा दिया है। परकोटे के भीतर एक मन्दिर और गुरुद्वार भी है। वह सैनिक सुरक्षित स्थान है और उसे देखने के लिए श्रीनगर के विजिटर्स ब्यूरो आफिस से अनुमति पत्र ले जाना आवश्यक है इस पहाड़ी के विशाल शिला पर महागणेश की मूर्ति है।

श्रीनगर में दो कलापूर्ण मस्जिदें दर्शनीय हैं—विशेषकर नूरजहां की बनवाई पत्थर की मस्जिद। इनके अतिरिक्त नगर से दूर मुगल उद्यान तो अपने सौंदर्य के लिए विशेष प्रसिद्ध है। यह उद्यान डल के किनारे-किनारे है। रविवार को इन उद्यानों के झरनों पर स्थान-स्थान पर फुहारे चल रहे होते हैं। उस दिन यात्री तथा अधिकांश नागरिक भी इन उद्यानों की सैर को आते हैं और पूरा दिन उधर ही व्यतीत करके लौटते हैं। उद्यानों तक नौका से भी जा सकते हैं और डल भील के किनारे-किनारे सड़क भी जाती है रविवार को मोटर बस भी जाती है। जहाँ मोटर बस से जा सकते हैं डल भील के किनारे वह मुख्य उद्यान है—‘शालीमार बाग’, ‘निशात बाग’। इनके अतिरिक्त नौका से जाकर देखने योग्य है ‘नसीम बाग’। शंकराचार्य शिखर के पास ही नेहरू पार्क है जहाँ भील में स्नान की भी उत्तम सुविधा है।

काश्मीर में दूसरे मन्दिर एवं तीर्थ स्थान हैं—खीर भवानी, अनन्त नाग, और मार्तण्ड मन्दिर तथा दर्शनीय स्थानों में गुलमर्ग, मानसबल तथा पहलगॉंव मुख्य हैं। कुछ यात्री पहलगॉंव से कोलाही ग्लेसियर भी जाते हैं। श्रीनगर के विजिटर्स ब्यूरो से आप मोटर बसों का कार्यक्रम ज्ञात करके उसके अनुसार यात्रा करें तो बहुत से दर्शनीय स्थान मोटर बसों से ही देख लेंगे। जैसे मोटर बस से मानसबल को देखने जाते समय खीर भवानी मन्दिर के दर्शन हो जायेंगे। यहाँ ज्येष्ठ शुक्ला अष्टमी को मेला लगता है।

श्रीनगर से मोटर बस द्वारा पहलगॉंव जाया जा सकता है। इस मार्ग के



मध्य में ही अनन्तनाग है। मार्पण्ड का प्राचीन तीर्थ पर्वत पर है, मार्ग के मटनगाँव में सरोवर है और पड़े उसी को मार्तण्ड तीर्थ बतलाते हैं। वस्तुतः पड़ों के ग्राम मटन से २-३ मील दूर श्री नगर मार्ग पर ही एक छोटी-सी पहाड़ी है, जिस पर मार्तण्ड मन्दिर के भग्नांश शेष हैं। इसी मार्ग पर अवन्ती-पुर नामक प्राचीन नगर में भी दो मन्दिरों के भग्नांश हैं।

पूरा काश्मीर ही दर्शनीय है, किन्तु उसके सभी स्थलों का वर्णन देना यहां संभव नहीं है मूल विषय तो है अमरनाथ यात्रा, इस यात्रा के लिए आपको श्रीनगर से मोटर बस द्वारा पहलगाँव जाना पड़ेगा पहलगाँव में होटल है जिसमें ठहरने की अच्छी व्यवस्था है। तम्बूओं में भी लोग ठहरते हैं। यहां से अमरनाथ २५ मील है और यह मार्ग पैदल या घोड़े से पार करना पड़ता है।

हिमप्रदेशीय यात्राओं में अमरनाथ की यात्रा सबसे सुगम है और अधिक यात्री भी इस यात्रा में जाते हैं। इस यात्रा के लिए कोई विशेष तैयारी की आवश्यकता नहीं है, ऊनी कपड़े ऊनी मोजे, मकी कैप (सिर ढकने की ऊंची टोपी) गलूबन्द, ऊनी दस्ताने, बक छड़ी, तीन कम्बल, थोड़ी खटाई, सूखे आलूबुखारे, बरसाती टाच और शक्य हो तो स्टोव। सब ऊनी सामान, छड़ी आदि पहलगाँव से भी खरीद सकते हैं। बरसाती न हो तो वह पहलगाँव से किराये पर मिल जाती है। भोजन का सामान नहीं भी ले जायें तो ग्रामे भोजन मिलता रहेगा। कुछ जल-पान का सामान साथ ले जाना चाहिए।

यात्रा के लिए पैदल जाना हों तो सामान ढोने को कुली यहां से लेना पड़ता है। सवारी के लिए घोड़े भी निश्चित किराया लेकर लौटने तक मिल जाते हैं। तीन-चार यात्री साथ हो तो सामान ढोने के लिए खच्चर लेना सुविधाजनक होता है।

### यात्रा का समय

अमरनाथ की मुख्य यात्रा तो श्रावणी पूर्णिमा की होती है। आषाढ़ की पूर्णिमा को भी अधिक यात्री जाते हैं, किन्तु इन्हीं तिथियों में यात्रा हो, यह आवश्यक नहीं है। जुलाई के पहले सप्ताह से अगस्त के अन्त तक प्रायः प्रत-

दिन पहलगांव से यात्री जाते रहते हैं। किसी भी समय इस अवधि में जाया जा सकता है।

### मार्ग

#### १. पहलगांव से चन्दनवाड़ी

६ मील मार्ग साधारणतः अच्छा है। चन्दनवाड़ी में अच्छे होटल हैं। भोजनादि का सामान ठीक मिल जाता है, लिदर नदी के किनारे-किनारे मार्ग जाता है।

#### २. शेषनाग (१२, २३० ऊँचाई)

८ मील, यहां डाक बंगला है, किन्तु मेले के दिनों में भीड़ अधिक होती है। उस समय तम्बू लगाकर ठहरना पड़ता है। तम्बू पहलगांव से किराये पर ले जाना होता है, मेले के अतिरिक्त दिनों में तम्बू आवश्यक नहीं। चन्दनवाड़ी से शेषनाग के बीच में पिस्सु घाटी की तीन मील की कड़ी चढ़ाई है। शेषनाग भील का सौन्दर्य अद्भुत है, यहां भी एक होटल है।

#### ३. पंचतरणी

८॥ मील, शेषनाग से आगे का मार्ग हिमाच्छादित है। इस मार्ग से चलते समय हाथों तथा मुख में वंसलीन लगा लेनी चाहिए। जहां मिचली आवे वहां खटाई बूसने से आराम मिलता है।

#### ४. अमरनाथ

३॥ मील, अमरनाथ में ठहरने का स्थान नहीं है। यात्री की पंचतरणी में जलपान करके अमरनाथ जाना चाहिए। यहाँ स्नान दर्शन करके शाम तक यात्री पंचतरणी लौट जाते हैं। वहाँ रात्रि विश्राम के लिए धर्मशालाएँ हैं। यात्रा के दिनों में होटल भी रहता है, किन्तु एक दिन के लिए भोजन साथ ले जाना उत्तम है।

नोट—इस यात्रा में पहले दिन यात्री पहलगांव से चलकर रात्रि विश्राम शेषनाग में करते हैं। दूसरे दिन शेषनाग से चलकर अमरनाथ तक चले जाते हैं और वहाँ से दर्शन करके लौट कर पंचतरणी में यात्री विश्राम करते हैं। तीसरे दिन पंचतरणी से चलकर प्रायः पहलगांव पहुँच जाते हैं। इस प्रकार यह केवल तीन दिन की यात्रा है।



## अमरनाथ

समुद्र स्तर से १२७२६ फुट की ऊँचाई पर पर्वत में यह लगभग ६० फुट लम्बी २५ से ३० फुट चौड़ी, १५ ऊँची प्राकृतिक गुफा है और उसमें हिम के प्राकृतिक पीठ पर हिमनिर्मित प्राकृतिक शिवलिंग हैं। यह बात सच नहीं है। कि यह शिवलिंग ग्रामावस्था को नहीं रहता और शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा से क्रमशः बनता पूर्णिमा को पूर्ण हो जाता है तथा कृष्ण पक्ष में धीरे-धीरे घटता जाता है। यह बात कैसे फँसी कहा नहीं जा सकता। बहुत लोगों ने इसे लिखा भी है। इसे किन्तु पूर्णिमा से भिन्न तिथि में यात्रा करके देख लिया गया है कि ऐसी कोई बात नहीं है। हिमनिर्मित शिवलिंग जाड़ों में स्वतः बनता है और बहुत मन्दगति से क्षीण होता है वह कभी भी पूर्णतः लुप्त नहीं होता, इतिहास में कभी पूर्ण लुप्त हुआ होगा, इसमें सन्देह ही है। अमरनाथ गुफा में एक गरुड पीठ तथा एक पार्वती पीठ भी हिम से बनता है। पार्वती पीठ ५१ शक्ति पीठों में से है। यहाँ सती का कण्ठ गिरा था।

अवश्य ही अमरनाथ से हिमलिंग में एक अद्भुत बात है कि वह हिमलिंग तथा लिंगपीठ (हिम चबूतरा) ठोस पक्की बरफ का होला है जबकि गुफा के बाहर भीलों तक सर्वत्र कच्ची बरफ ही मिलती है।

अमरनाथ गुफा से नीचे ही अमरगंगा का प्रवाह है। यात्री उसमें स्नान करके गुफा में जाते हैं। सवारी के घोड़े अधिकतर एक या आधे मील दूर ही रुक जाते हैं। अमरगंगा से लगभग दो फर्लांग चढ़ाई पर जाकर गुफा में जाना पड़ता है। गुफा में मुख्य शिवलिंग को छोड़ कर दो और हिम के छोटे विग्रह बनते हैं। जिन्हें पार्वती तथा गरुडपति की मूर्तियाँ कहा जाता है। गुफा में जहाँ तहाँ बूँद करके जल टपकता रहता है। कहा जाता है कि गुफा के ऊपर पर्वत पर श्रीराम कुण्ड है और उसी का जल गुफा में टपकता रहता है। गुफा के पास एक स्थान पर सफेद भस्म जैसी मिट्टी निकलती है जिसे यात्री प्रसाद

स्वरूप लाते हैं। गुफा में वन्य कबूतर भी दिखाई देते हैं। उनकी संख्या विभिन्न समयों में विभिन्न देखी गई है।

यदि वर्षा न होती हो, बादल न हो धूप निकली हो तो अमरनाथ गुफा में शीत का कोई अनुभव नहीं होता। प्रत्येक दशा में इस गुफा में यात्री एक अनिश्चिनीय अद्भुत सात्विकता तथा शान्ति का अनुभव करता है। जो उसे अलूप करता रहता है।



बड़े अमरनाथ

काश्मीर में पूँछ प्रसिद्ध नगर है। वहाँ से १४ मील दूर ऊँची पहाड़ियों से विरा यह मन्दिर है। पूरा मन्दिर एक ही श्वेत पत्थर का बना है। मन्दिर के चारों ओर बावड़ियाँ हैं। यहाँ अमरनाथ की मूर्ति के नीचे से जल निकला करता है। जो इन बावड़ियों में आता है।

जम्मू से पूँछ के लिए मोटर बसें चलती हैं। कहा जाता है कि यही प्राचीन अमरनाथ स्थान है। पहले लोग यहीं यात्रा करने आते थे। यहीं पुलस्ता नदी है, तट पर महर्षि पुलस्त्य का आश्रम था। दूसरा अमरनाथ तो पीछे प्रसिद्ध हुआ है।



## अमरनाथ की कथा

इस कथा का नाम अमर कथा इसलिए है कि इसके श्रवण करने से शिव-धाम की प्राप्ति होती है। यह वह परम पवित्र कथा है जिसके सुनने से सुनने वालों को अमरपद की प्राप्ति होती है। तथा वह अमर हो जाते हैं। यह कथा श्री शंकर भगवान ने इसी गुफा में (श्री अमरनाथ जी की गुफा में) भगवती पार्वती जी को सुनाई थी। इस कथा को सुनकर ही श्री शुकदेवजी अमर हो गये थे। जब भगवान श्री शंकर यह कथा भगवती पार्वती को सुना रहे थे तो वहाँ एक तोते का बच्चा भी इस परम पवित्र कथा को सुन रहा था और इसे सुनकर फिर उस तोते के बच्चे ने श्री शुकदेव स्वरूप को पाया था। 'शुक' संस्कृत में तोते को कहते हैं और इसी कारण बाद में फिर मुनि 'शुकदेव' के नाम से संसार में प्रसिद्ध हुए। यह कथा भगवती पार्वती तथा भगवान शंकर का संवाद है। यह परम-पवित्र कथा लोक व परलोक का सुख देने वाली है। शंकर भगवान और जगत्माता के इस सम्वाद का वर्णन भृगु संहिता, नीलमत पुराण, तीर्थ संग्रह आदि ग्रन्थों में पाया जाता है। हम यहाँ पर आपके सम्मुख यह परम पवित्र कथा विस्तार पूर्वक रखेंगे।

देव ऋषि नारद का कैलाश पर्वत पर आना और श्री पार्वतीजी से पूछना कि भगवान शंकर के गले में रुण्डमाला क्यों है ?

एक बार देव ऋषि नारद कैलाश पर्वत पर भगवान श्री शंकर के स्थान पर दर्शनार्थ पधारे। भगवान श्री शंकर उस समय वन-विहार के लिए गये हुए थे और भगवती पार्वती यहाँ पर विराजमान थीं। श्री पार्वतीजी ने देव ऋषि नारद को प्रणाम किया और सादर आसन दिया। और बोली— 'देव ऋषि ! आपने यहाँ पधार कर हम पर बड़ी कृपा की अपने आने का कारण कहिए।'

देव ऋषि नारद बोला—“देवी ! मेरा एक प्रश्न है उसका उत्तर चाहता हूँ।”

श्री पार्वतीजी ने कहा—“कहिए ?”

नारद बोले—“देवी ! मुझे इस बात का बड़ा आश्चर्य है भगवान श्री शंकर जोकि हम दोनों से बड़े हैं। उनके गले में रुण्ड माला क्यों है ?

श्री पार्वतीजी बोली—‘इसका कारण मैं नहीं जानती ।

नारद जी ने कहा—“आप यथा समय इसका कारण भगवान श्री शंकर से पूछियेगा ।’

इतना कहकर देव ऋषि नारद वहाँ से चले गये और उनके जाने के थोड़ी देर बाद भगवान श्री शंकर आ गये और उनके अने पर भगवती पार्वती ने वही प्रश्न उनसे किया ।

भगवान श्री शंकर बोले—‘हे पार्वती ! तुम यह प्रश्न न पूछो ।’

लेकिन श्री पार्वतीजी ने भगवान श्री शंकर की बात नहीं मानी और उनके रुण्डमाला धारण करने के लिए हठ करने लगीं । इस पर भगवान श्री शंकर ने कहा—“पार्वती ! जितने मुण्ड तुमको इस मुण्डमाला में दिखाई दे रहे हैं यह तुम्हारे ही सिर है यानी जितने जन्म अब तक धारण किए हैं उतने ही मुण्ड मैंने धारण किए हैं ।”

इस पर पार्वती जी ने प्रश्न किया—‘प्रभो ! मेरी तो मृत्यु होती है और आपकी नहीं होती इसका कारण क्या है ?

भगवान श्री शंकर बोले—“यह सब अमर कथा के कारण है ?”

पार्वती बोली—“तो फिर मुझे भी यह अमर कथा सुना दीजिए ना ।’

इस पर श्री शंकर जी ने आसन लगाया और कालाग्नि रुद्र नामक एक मण्ड प्रकट किया और उसे आज्ञा दी—“चहुँ ओर एक ऐसी अग्नि प्रगट करो जिसमें कि जलकर समस्त जीवधारी मर जावें ।”

### श्री शकदेव का जन्म की कथा

भगवान शंकर की आज्ञा पाकर कालाग्नि ने ऐसा ही किया और अदृश्य हो गया । जिस आसन पर भगवान श्री शंकर बैठे थे उसके नीचे एक तोते का अण्डा पहिले से ही था जो कि कलाग्नि को दिखाई नहीं दिया । इसके पश्चात् भगवान श्री शंकर नेत्र मूंद कर, एकाग्रचित हो पार्वती जी को अमर कथा सुनाने के साथ ही उस अण्डे में से जीव प्रकट हुआ । श्री पार्वतीजी तब तक हुँकारा देवे-देते सो चुकी थी । अब उसके स्थान पर तोता हुँकारा देने लगा । जब भगवान शंकर अमर कथा समाप्त कर चुके तो श्री पार्वतीजी की आँखें



श्री खुर्ली भगवान श्री शंकर ने उनसे पूछा कि क्या उन्होंने अमर कथा सुनी है। श्री पावती ने उत्तर दिया कि अमर कथा नहीं सुनी। इस पर भगवान श्री शंकर ने पूछा—“तब तु कारा कौन देता था?”

पावती जी बोली—‘मुझे नहीं मालूम।’

तब भगवान श्री शंकर ने इधर-उधर देखा तो उनको एक तोता दिखाई दिया जो कि उनके देखते ही देखते उड़ गया। भगवान शंकर उठकर पीछे दौड़े। वह तोता उड़ता-उड़ता तीनों लोकों में गया लेकिन उसको कहीं जगह नहीं मिली। श्री व्यास बेव की पत्नी अपने घर के द्वार पर बैठी जम्हाई ले रही थी, बस तोता उनके पेट में चला गया। भगवान श्री शंकर ने कहा—‘व्यास जी मेरा चोर आपके घर में है।’

महर्षि व्यास बोले ‘प्रभो ! हमारे घर में तो कोई नहीं है।’

भगवान श्री शंकर के कहने पर महर्षि व्यास जी ने अपनी पत्नी से पूछा उसने उत्तर दिया—‘ऐसा जान पड़ता है जैसे कि मेरा पेट में कोई पक्षी गया है।’

महर्षि व्यास जी ने यह बात भगवान श्री शंकर से कही और साथ ही कहा—‘आपकी जैसी इच्छा हो वैसा कर सकते हैं। लेकिन यह तो आप जानते ही हैं कि स्त्री को मारना पाप है।’

श्री वेद व्यास की यह बात सुनकर श्री शंकर लौट गये। वह तोता कई वर्षों तक ऋषि पत्नी के पेट में रहा। लेकिन जब ऋषि पत्नी के पेट का कष्ट अधिक बढ़ता गया तो श्री वेद व्यास जी ब्रह्माजी और उसके पश्चात् श्री विष्णु के पास गये। फिर तीनों मिलकर भगवान श्री शंकर के पास गये। इसके पश्चात् चारों श्री वेदव्यासजी के स्थान पर आए और पक्षी की स्तुति करने लगे। पक्षी जो, भगवान श्री शंकर जी से अमर कथा सुनकर चारों वेदों तथा अठारहों पुराण का ज्ञानी हो गया था, कहने लगा—‘जब तक जगत निर्मोही नहीं होगा, तब तक मैं माँ के पेट से बाहर नहीं निकलूँगा।’ इस पर भगवान विष्णु ने अपनी माया से जगत को निर्मोही कर दिया। इस पर वह तोता बालक रूप होकर माँ के पेट से बाहर आ गया और उसका नाम शुकदेव हुआ। श्री शुकदेव अपने जन्म के साथ ही सबको प्रणाम करके जंगल की ओर चले दिये : और फिर भगवान विष्णु ने अपनी माया हटा दी और जगत पुनः

मोहयुक्त हो गया। इस पर श्री वेदव्यास जी अपने पुत्र के लिए व्याकुल होकर श्री शुकदेवजी के पीछे जंगल में दौड़े और उनके पास पहुँचकर उनसे घर चलने के लिए कहा। श्री शुकदेव जी ने कहा—“जगत निर्मोही है। यहाँ न कोई किसी का पुत्र है और न कोई किसी का पिता।”

श्री वेदव्यास जी बोले—‘अब ऐसा नहीं है।’

श्री शुकदेवजी ने ध्यान लगा कर देखा तो मालूम हुआ कि भगवान् श्री विष्णु ने मेरे साथ छल किया है। इस पर उन्होंने श्री वेदव्यासजी से कहा—

जब तक मैं गुरु धारण नहीं कर लूँगा, वापिस घर वहीं जाऊँगा और गुरु धारण करने के बाद मैं घर आकर आपकी सेवा करूँगा।’

### श्रीशुकदेव का महाराज जनक को गुरु धारण करना

शुकदेव जी फिर इस संसार में गुरु की खोज में इधर-उधर घूमने लगे। मगर अपने से बढ़कर ज्ञानी उनको कहीं पर नहीं मिला। इस पर वह श्री वेदव्यासजी की आज्ञा से महाराज जनक के पास गये। लेकिन महाराज जनक के पास कर्म, स्त्री व राजपाट के कारण उनको ग्लानि हुई। लेकिन राजा जनक ने जब उनका यह हाल देखा तो अपनी माया से उन्होंने सारे नगर को भस्म कर डाला, राजभवन भी भस्म होने लगा, लेकिन राजभवन के जलने से महाराज जनक और पत्नी का चित्त ग्लायमान नहीं हुआ। किन्तु श्री शुकदेव जी का चित्त व्याकुल होने लगा। शुकदेव जी को अमर कथा के सुनने तथा अपने अमर हो जाने का अभिमान था उनकी व्याकुलता को देखकर महाराज जनक बोले—“आप क्यों घबरा रहे हैं आप तो अमर हैं। लेकिन हमारा शरीर अवश्य जलेगा इस पर भी जब श्री शुकदेव जी की व्याकुलता दूर न हुई तो महाराज जनक ने अपनी माया से अग्नि पुनः शान्त कर दी और प्रत्येक वस्तु पूर्ववत् हो गई। यह देख कर श्री शुकदेव जी ने महाराज जनक को अपना गुरु बना लिया और उनसे उपदेश लिया।

इसके बाद श्री शुकदेव की नैमिषार गये वहाँ पर ऋषियों महर्षियों ने उनका बड़ा आदर-सत्कार किया। ऋषियों-महर्षियों ने आपसे अमर कथा सुनाने के लिए प्रार्थना की। श्री शुकदेव जी बोले इस कथा के सुनने वाले



अमर हो जाते हैं। इसके पश्चात् उन्होंने कथा सुनानी आरम्भ की। कथा के आरम्भ के साथ ही कैलाश क्षीरसागर और ब्रह्मलोक हिलने लगे,, ब्रह्मा, विष्णु, शिव तथा समस्त देवता उस स्थान पर पहुँचे जहाँ पर अमर कथा हो रही थी। भगवान् शंकर को स्मरण हुआ कि यदि इस कथा के सुनने वाले अमर हो गये तो पृथ्वी का संचालन बन्द हो जायेगा और फिर देवताओं की प्रतिष्ठा में अन्तर आ जायेगा इसलिए भगवान् श्री शंकर क्रोध में भर आये और श्राव दिया कि जो इस कथा को सुनेगा वह अमर नहीं होगा, हां वह शिव लोक अवश्य प्राप्त करेगा।'

## कथा

श्री पार्वती जी ने कहा—

आधुना श्रोतुमिच्छामि यात्राअमरनाथजाम ।  
 यां श्रुत्वा मुच्यते जन्तुर्जन्मान्तरकृतेरवः ॥  
 पुनश्च रसलिङ्गस्य माहात्म्यं वक्तुमर्हसि ।  
 अङ्ग भूतानि तीर्थानि यान्यत्र जगदीश्वर ॥  
 तत्पूजा तद्विधिश्चैव वनस्व दयया प्रभो !  
 यात्रामकृत्वा देवस्य यो लिंगं पश्यति प्रभो ॥  
 स का गतिं प्रयातीह वद शीघ्रं दयानिधे ।

प्रभो ! मैं अमरनाथ की यात्रा की महिमा सुनना चाहती हूँ, जिसके सुनने से जन्म जन्मान्तर के पाप-ताप मिट जाते हैं। जगन् स्वामिन् ! आप श्री अमरनाथ जी के लिंग का माहात्म्य तथा मार्ग के तीर्थों का वर्णन किजिए श्री अमरनाथ की यात्रा तथा पूजन की विधि भी कहें और यह भी बताइए कि जो शास्त्रोक्त यात्रा को त्यागकर केवल लिंग के ही दर्शन करता है वह किस गति को प्राप्त होता है।

भगवान् श्री शंकर ने कहा—

यात्रामग्रमरनाथस्य कृत्वा शुद्धिमाप्नुयात् ॥  
 बाह्याभ्यन्तरशुद्धस्तु रसालिगस्य दर्शने ।  
 चतुर्वर्गफलादानम् क्षमो भवति पुरुषः ॥  
 यात्रान्तः प्राप्यतीर्थो धमनासेव्यतु यो नरा ।  
 वेयात्यमरक्षेत्रेऽपि तस्य यात्राऽफला भवेत् ॥

मनुष्य श्री अमरनाथ जी की यात्रा करके शुद्धि को प्राप्त करता है तथा शिवालिग के दर्शनों से भीतर बाहर से शुद्ध होकर धर्म, अर्थ, काम वचन तथा मोक्ष को प्राप्त करने में समर्थ हो जाता है वह मनुष्य जो कि मार्ग के तीर्थों पर यथाविधि स्नान दान इत्यादि न करके सीधा गुफा ही में पहुँच जाता है उसकी यात्रा निष्फल समझो ।

ऊर्ध्वा योगमनाद्देवि ! द्विधा यात्रा प्रदर्शिता ।  
 ऊर्ध्वयात्रा मुमुक्षूणां प्राणायामेन योगिनाम् ॥  
 अपानप्राणयोरैक्ये राजमार्गेण वै गते ।  
 ब्रह्मद्वारविलीनेऽत्र मुक्तिर्भवति निश्चिता ॥  
 यथेष्टकामदा यात्रा द्विधा सेव्या फलेप्सुभिः ।  
 बाह्या धोयात्रया पापक्षये शुद्धः पुमान्यदा ॥  
 अधिकारी भवेत् सद्यः हठराजादियोगतः ।  
 तीर्थेऽमरकथां श्रुत्वा शिवप्रोक्ता मनीषितः ॥  
 तदुक्तमार्गो यः स्यादमरो निश्चित भवेत् ।  
 तत्रादौ संप्रवक्ष्यामि अधोयात्रञ्च पुण्यदानम् ॥

भगवान् शंकर बोले—

“हे देवी ! दो प्रकार की ऊपर तथा नीचे की यात्रा है । ऊर्ध्व (ऊपर) की यात्रा मोक्ष चाहने वाले योगियों को प्राणायाम द्वारा होती है । प्राण तथा अपान वायु के एक होने पर योग मार्ग दशम द्वार अर्थात् ब्रह्मरन्ध्र में प्राणों को लान करने से निश्चय ही मोक्ष की प्रगति होती है वह दोनों प्रकार की यात्रा धर्म-अर्थ-काम तथा मोक्ष के इच्छुकों को करनी चाहिए प्रमो



(निचली) यात्रा यानी पैदल यात्रा से मनुष्यों के सम्पूर्ण पाप दूर होकर उसका चित्त निर्मल हो जाता है। और इसी तरह हठ योग यथा राज योग से तथा तीर्थ पर किसी अच्छे विद्वान पंडित द्वारा अमर कथा सुनने से पुण्य ज्ञान का अधिकार हो जाता है। इस तरह कहे गये के अनुसार यात्रा करने वाले मनुष्य मुक्ति को प्राप्त करते हैं। अतः पुण्य देने वाली आत्री यात्रा का वर्णन किया जाता है।

श्रीपुरे गणप नत्वा संकल्पयैव ससार्थकः ।

सांप्रदायिकरीत्या वं चतुष्कादौ शिवं भजन् ॥

निगंत्य नगरादादौ तीर्थे षोडशसंज्ञके ।

स्नात्वा शिवपुरं गच्छेदुषपृश्य ततः परम् ॥

श्रीनगर में विघ्नों का नाश करने वाले श्री गणेश जी की पूजा करके रीति के अनुसार भगवान श्री शंकर का स्मरण करता हुआ, नगर से बाहर निकल कर षोडश तीर्थ पर स्थान तथा आचमन करके शिवपुरी की ओर बढ़े।

पुण्ये गंगाम्भसि स्नात्वा पद द्रष्टुं प्रणतः प्रिये ।

तत्राचर्येन्महादेवं तर्पयेद्भोजयेत्तथा ॥

देवनृषीन् द्विजान्हेमगोवस्त्रान्न विसर्जयेत् ।

ततः पद्मपुरे सिद्धक्षेत्रे स्नात्वाऽप्रतो ब्रजेत् ॥

वाग्निशे रुद्र गङ्गाख्ये स्नात्वा दस्वा जेततः

युवत्यां तत्र मिष्टोदे स्नात्वाऽथावन्तिकां श्रयेत् ॥

प्रिय ! वहां गंगार्जी का दर्शन और प्रणाम करके भगवान श्री शंकर का पूजन देवता और ऋषियों का तर्पण वा ब्रह्मणों को भोजन करवाये। सोना, अन्न, वस्त्र आदि दान देकर विसर्जन करें। फिर पद्मपुर में जो सिद्धों का क्षेत्र है वहां पर स्नान करके और दान देकर युवती तथा मिष्टो (मिठवन्) तीर्थों पर स्नान करके अवन्तीपुर (बाँतीपुर) को चले।

तत्रस्नात्वा सिद्धक्षेत्रे महानागं समाश्रयेत् ।

हरिद्राख्यं गणपतिं नत्वा विघ्नेश्वरार्चनम् ॥

कृत्वा देवानृषीन् पितृस्तर्पयेद्विधिवन्तरः ।

हव्यकव्यादिभिः सर्वे विघ्नाः पापानि च प्रिये ॥

तत्क्षणान्नाशमायान्ति गणनाथप्रसादतः ।

बलिहारे ततो पायात् क्षेत्रे स्नात्वा ब्रजेत्ततः ॥

वहाँ साधु, महात्माओं के क्षेत्र में स्नान करके बहन्वाग (मिहरनाग) जाकर हरी पारा गांव में हरिदास्य गणपति विघ्नों के नाश करने वाले श्री गणेश जी का पूजन करे और देवताओं तथा ऋषियों का तर्पण करे। देवताओं तथा पित्रों का तर्पण करने से तथा दान करने से श्री गणेश की कृपा से मनुष्य के समस्त विघ्न तथा पाप नष्ट हो जाते हैं। इसके बाद बलिहार क्षेत्र (बहियार ग्राम) में स्नान करके आगे बढ़े।

ज्येष्ठाषाढं महादेवं पूजयेद्गणनायकम् ।

नागाश्रमे हस्तिकर्णे नत्त्वोपस्पृश्य च ब्रजेत् ॥

स्नात्वोपस्पृश्य वा वारि तदीयं त्रिमलापहम् ।

ततो गच्चेच्छेच्छतीर्थे स्नात्वा देवपितर्पणम् ॥

तत्र कृत्वा हेममयं चक्रं दद्याद् द्विजन्मने ।

हुत्वा जप्त्वा च विधिवद् ब्रजेदेवकीर्तिकम् ॥

नागाश्रम (बागहाँन) में जिसको, कि हस्तिकर्ण करते हैं, संगम के समीप जाकर ज्येष्ठाषाढ नामक गणस्वामी भगवान् श्री सदाशिव का पूजन करके आगे चलें। तीनों तापों तथा मलों का नाश करने वाले तीर्थ जल में स्नान या आचमन करके चक्र नामक तीर्थ (चूँघर) पर जाकर स्नान करके देवताओं तथा ऋषियों का तर्पण करे और मोने का चक्र बना कर ब्राह्मण को दान देवे। फिर विधिवत् हवन तथा जप करके देवे। फिर विधिवत् हवन तथा जप करके देवकी तीर्थ (देवकियार) की ओर चलें।

तत्र स्नात्वा हरिश्चन्द्रं तीर्थपुण्यं समाश्रयेत् ।

तत्र स्नात्वा चंयेद्देवं महादेवं शृषभ्वजम् ॥

देवानृषीन् पितृश्चैव तर्पयेद्व्यकव्यकैः ।

गां हिरण्यतिलानवस्त्रं भक्ष्यं भोज्यं च शक्तिः ॥



दद्यात्पात्रेषु ब्रह्माण्डं तपितं तेन सम्भवेत् ।  
 ततो भुक्त्वा च देवेशि तीर्थं तत्त्वा सुरेश्वरि ॥  
 तत्र लम्बोदरी वारि स्नानं कुर्यादितन्द्रितः ।  
 स्थलवाटं ततो गच्छेत्तत्र स्नात्वा मृक्षुतौ ॥  
 ततो ब्रजेत् सूर्यस्य गुहावटं सुरेश्वरी ।  
 सूर्याश्रमे सूर्यगंगामवगाह्य समर्चयते ॥

और फिर वहां स्नान करके हरिश्चन्द्र तीर्थ (बिजय बिहार, बीज बिहारा पहुँच कर स्नान करें तथा वृषभ ध्वज महादेवजी का पूजन कर हव्य कव्य आदि से देवताओं और ऋषियों का तर्पण करें। गऊ सवर्ण, तिल और भोजन यथा शक्ति सत्पात्र ब्राह्मण को दान दें। ऐसा करने से मनुष्य को ब्राह्मण को तृप्त करने के फल की प्राप्ति होती है। हे देवी ! इसके पश्चात् भोजन करे और तीर्थ को नमस्कार करके आगे चले और लम्बोदरी नदी पर आलस्य रहित होकर स्नान करके थुजवार ग्राम से भगवान् श्री सदाशिव के दर्शन करें। इसके बाद सूर्य क्षेत्र (मार्तण्ड भवन—मटन) में सूर्य कुण्ड (सूर्य गंगा) में स्नान करके भगवान् भास्कर का दर्शन करें।

श्री सूर्यनारायण का पूजन  
 भुक्ति मुक्तप्रदं सूर्यं गामश्वं कनकं तथा ।  
 अन्नानि वसनीयानि द्वित्रेभ्यः प्रतिपानयेत् ॥  
 सूर्यक्षेत्रन्तु पितॄणां दुखितानां स्थकर्मतः ।  
 तेषामुद्धारणार्थाय प्रार्थितं मुनिभिः सूरैः ॥  
 तत्र कुर्यात्तत्पितृभुक्तिं पिण्डदानादिभिः प्रिये ।  
 कुड्डयं समालोक्य मत्स्यरूपानसुरानपि ॥  
 अन्नैर्नानाविधैर्भवतया स्नात्वा तृप्तान् विषास्य तान् ।  
 श्राद्धं पश्चिमवाहिन्यां तत्र कुर्याद्वि भानवः ॥

श्री सूर्यनारायण के दर्शन करके तथा उनका पूजन करें। भगवान् श्री सूर्यनारायण का पूजन संसार के समस्त भागों तथा भुक्ति को देने वाला है। यात्रियों को सूर्य क्षेत्र में अन्न वस्त्र आदि का दान ब्राह्मणों को देना चाहिए यह सूर्य क्षेत्र (मटन) तीर्थ अपने कर्मों से दुखी हुए पितरों के उद्धार के लिए

उत्तम है ऐसा देवताओं का ऋषियों महर्षियों का मत है । हे देवी ! यहां पर पिण्डदान आदि से पितरों का उद्धार करें । दोनों कुन्डों का दर्शन करें और फिर उनमें मत्स्य रूप देवताओं का दर्शन कर और फिर उनको नाना मन्त्रों से तृप्त करें । पश्चिम दाहिनी गंगा में स्नान करके पितरों के उद्धार के लिए श्राद्ध करें ।

ततः सत्कारमासाद्यः स्नात्वा तत्तीर्थं वारिणि ।

सम्पूज्य चात्र गणरा ब्रजेद्ब्रद्राश्रमं ततः ॥

हयशीर्षाश्रमे शुण्ये तथा श्वतरनागजे ।

सौरगङ्गा जले स्नात्वा कृतनित्य क्रियाद्विजाः ॥

गच्छेत्सरलके ग्रामे जलेऽनन्तस्यापावने ।

तत्र स्नात्वः ततो गच्छेत् बालकल्याण परम् ॥

इसके बाद सत्कार (साकरस) स्थान में पहुँचे स्नान करें और श्री गणेश जी का पूजन करें और फिर भद्राश्रम में जायें । फिर परम पवित्र हयशीर्ष (सिलगाम) आश्रम में तथा स्वश्वतर क्षेत्र में और गंगाजल में स्नान करके संध्या बंदन आदि नित्य क्रिया करें ।

(सरलक सरल) ग्राम में पहुँच कर पवित्र अनन्त नाग तालाब के जल में स्नान कर उत्तम बालखिल्य आश्रम (खिलन) को जाना चाहिए ।

**बाल खिल्य तीर्थ का महात्म्य**

शृणु देवि प्रवक्ष्यामि माहात्म्यं पापनाशनम् ।

बालखिल्यायन्त्येव चित्तशुद्धकरं परम् ॥

पुरामहर्षयः सिद्धाः बालखिल्यामिमाः शिवे ।

मुदुष्करं तपश्चेहः नियमेनोर्ध्वरेतसः ॥

हे देवी ! अब मैं पाप ताप को हरने वाले तथा चित्त को शुद्ध करने वाले बालखिल्य तीर्थ का महात्म्य कहता हूँ । ध्यानपूर्वक सुनो । पूर्वकाल में बाल-खिल्य नामक महर्षियों ने घोर तप किया ।

उवाच तां तदा विष्णुमर्धेगम्भीरया गिरा ।

तपसानेन तुष्टोऽस्मि दरयध्वं वरं शुभम् ॥



श्रुत्वा तेषां वचः सौम्यमानन्दाश्रु परिलुप्तः ।

दृष्टि पदोः समाधाय गंगा समुदचालयत् ॥

फिर भगवान् श्री विष्णु ने मेघ सदृश गंभीर वाणी से कहा मैं तुम्हारे  
तह से अत्यधिक प्रसन्न हूँ अतः तुम वर मांगो ।

ऋषियों की प्रार्थना सुनकर भगवान् श्री विष्णु ने अपने चरणों से धरती  
को छूकर वहां से गंगा को प्रकट किया ।

आभूतसंप्लवं यावत्तावत्परमपावनम् ।

बालखिल्यामिधं तीर्थं भविष्यन्ति न संशयः ॥

म्रियते घृतपापः सन् स्वर्गलोके महीयते ।

खिल्याने महापुण्ये विष्णोस्तीर्थेह्यनुत्तमे ॥

और उसके साथ ही साथ उन लोगों को यह वरदान भी दिया प्रलय  
पर्यन्त बालखिल्य तीर्थ लोगों को पवित्र करता रहेगा । पवित्र और पुण्य  
खिल्यायन तीर्थ पर मनुष्य स्नान, दान तथा जप पूजा करें तो उसे स्वर्ग की  
प्राप्ति होती है ।

तत्र नारायण देवमर्चयेच्च जगद्गुरुम् ।

अनन्तभोगमोक्षेष्ट साधनं विश्वव्यापिनम् ॥

स्नात्वा तत्क्षेत्रपुण्योवे दानं दत्वा स्वशक्तिः ।

महाबने भीमरूपं विघ्नेशं समुपाश्रयेत् ॥

उस बालखिल्य तीर्थ पर जगद्गुरु सर्वव्यापी नारायण का पूजन करें जो  
कि नाना प्रकार के मांगों तथा मोक्ष के प्रदान करने वाले हैं । तीर्थ पर स्नान  
और यथा शक्ति दान देकर महाबन (गणेशबल) (गणेशबल पहलगान में  
है) में श्री गणेशजी का पूजन करें ।

नत्वा हुत्वा च विधिवन्मोदकैः पायसैस्तथा ।

बलि निवेदयेद्भक्तया श्री गणेशाय सुन्दरि ! ॥

हे सुन्दरी! श्री गणेशजी को नमस्कार करके लड्डुओं तथा क्षीर का भोग  
लगावे ।

## मामलेश्वर तीर्थ की उत्पत्ति की कथा

प्रशान्तपापविघ्नोऽयं क्षेत्रं मामेश्वरम ब्रजेत् ।  
दृष्ट्वा मामेश्वरं लिंगं स्नात्वा मामेश्वरिणि ॥  
तत्क्षणान्मुच्यते साध्वि रोगेभ्यः पाप सञ्चयात् ॥  
हुत्वा दत्त्वा च विधिवत् ब्राह्मणान् भोजयेत्ततः ॥

पाप तथा विघ्नों से रहित होकर मामेश्वर (मामलेश्वर) क्षेत्र को जावे हे साध्वी ? मामलेश्वर भगवान के दर्शन या तीर्थ जल में स्नान करके मनुष्य रोगों तथा पापों से छूट जाता है । यहां पर स्नान करने के पश्चात् मनुष्य दान करे तथा ब्राह्मणों को भोजन करवाये ।



मामलेश्वर तीर्थ की उत्पत्ति के सम्बन्ध में कथा सुनो—

एक समय भगवान श्री सदाशिव श्री गणेश जी का दोनों ड्योढियों का द्वारपाल बनाकर आप स्थलवाद की चले गये थे । वहां पर थोड़ी देर ठहर कर खिल्यायन से ऊपर दण्डक मुनि के आश्रम जाकर विश्राम करने लगे । वहां देवता आये । भगवान सदाशिव ने कहा—“आगे मत बढ़िये ।” इस शब्द को सुनकर गणेश जी पाताल देश से आए और उन्होंने भी यही शब्द कहे और इस शब्द से फिर देवता भगवान श्री सदाशिव में लीन हो गए अतः फिर



यह ग्राम 'मामल' के नाम से प्रसिद्ध हुआ। भगवान् श्री सदाशिव ने श्री गणेश जी से कहा "तुम मामल" शब्द सुनकर पाताल से यहाँ आये हो अतः दीर्घकाल तक यहाँ ठहरो और समस्त विघ्नों को दूर करो।'

यः कश्चिन्मानवो लोके अत्र त्वां पूजयिष्यति ।

सर्वान् विघ्नान् विनिर्जित्य सिद्धिं समधिच्छति ॥

इति दत्त्वा वयां देवो गणेशाय स्वयं शिवः : ।

पुण्येव दण्डकारण्ये लीनो मामेश्वरः प्रभुः ॥

जो मनुष्य यहाँ पर तुम्हारा पूजन करेगा वह परम सिद्धि को प्राप्त करेगा। यह वरदान श्री सदाशिव जो श्री गणेश जी को देकर दण्डकारण्य में अन्तर्धान हो गए।

दृष्ट्वा मानेश्वरं लिंगं पुण्ये मामलके नरः ।

पूजयित्वा गणपतिम् श्वमेधफलं लभेत् ॥

सर्वान्कामानवाप्नोति पशुपुत्रघनानि च ।

यात्रा साफल्यमाप्नोति गणेशस्य प्रसादतः ॥

मनुष्य को पवित्र मामलक (ग्राम) में मामेश्वर का दर्शन करने और श्री गणेश जी का पूजन करने से अश्वमेध का फल मिलता है। श्री गणेश जी की कृपा से मनुष्य की सम्पूर्ण कामनाएं पूर्ण होकर उसे पशु पुत्र तथा घन की प्राप्ति होती है और उसकी यात्रा भी सफल हो जाती है।

भृगुपति तीर्थ

ततो ब्रजेद्भृगुशतेः क्षेत्रं सर्वमलापहम् ।

स्नात्वा दत्त्वा च विधिवत्तत्र सम्पूजयेद्धरिम् ॥

इसके पश्चात् समस्त पापों को मिटाने वाले भृगुपति तीर्थ जाकर वहाँ विधिवत् स्नान तथा दान करके भगवान् श्री हरि का पूजन करें।

नोट—भृगुपति तीर्थ (पहलगान्वा में डाक बंगला के समीप है)

भृगुजी ने परिशीलन वन में दीर्घकाल तक बड़ा भारी तप किया था। ऐसा कठिन तप जो कि देवता भी न कर सकते थे। इसी बीच में भगवान् श्री विष्णु देवताओं के साथ महर्षि भृगुजी के दर्शनों के लिए आये। भृगुजी ने

अपने आसन पर से उठकर उनको प्रणाम किया और सदैव एक रस रहने वाले भगवान श्री विष्णु ने उनके सिर को झूमकर उनको गले से लगा लिया ।

अलिगितुरन्योन्यं भृगु विष्णु महेश्वरि ! ।

तदङ्गजत प्रस्वेद जलैः परमपावनैः ॥

पुण्यतीर्थम् भूदेवि ? परिशील बने शुभे ।

भृगोरालिङ्ग नाद्यस्माद्वरि स्वेद समुद्भवम् ॥

पुण्यं सुप्रथित लोके भृगुतीर्थं महेश्वरि !

तत्र स्नात्वा ताम्रदानं वस्त्रदानञ्च मानवः ॥

करोति सफला यात्रा तस्य सत्यन्न संशयः ।

भृगुतीर्थे नरः स्नात्वा पुण्यं प्राप्नोत्यमुत्तमम् ॥

हे माहेश्वरी ! भृगु और विष्णु भगवान ने आपस में आनिगन किया । उनके शरीर में स पवित्र पसीना निकला जिससे वह पवित्र तीर्थ बना ।

श्री सदाशिव बोले—

“हे देवी !” क्योंकि यह तीर्थ भृगु के पसीने से बना है अतः इसका नाम भृगु तीर्थ प्रसिद्ध हुआ । यहाँ पर जो मनुष्य स्नान करके ताँबे तथा वस्त्र का दान करेगा उसकी यात्रा निसन्देह सफल होगी मनुष्य वह स्नान करने से अति उत्तम पुण्य को प्राप्त होता है ।

श्री लम्बोदर की कथा

एक बार कैलाश पर्वत पर भगवान श्री सदाशिव श्री पार्वती जी ज्ञान सम्बन्धी बातचीत कर रहे थे । उन्होंने श्री गणेशजी को द्वारपाल बनाकर उनसे कह रखा था कि किसी को अन्दर मत आने देना । इतने में देवराज इन्द्र देवताओं सहित वहाँ आया गणेश जी ने उनको रोका इस पर दोनों में बड़ा भारी युद्ध हुआ । इन्द्र हार गया ।

इन्द्र कोपाद् गणेशो वै तृषितः क्षवितोऽपिच ।

भुक्तास्वादु फलान्यत्र यद्यो गंगा सपुष्कलाम् ॥

पीत्वा गंगांस विघ्नेशस्तदा लम्बोदरोऽभवत् ।

लम्बोदरेति नाम्नां वै आजुहाव हस्तदा ॥



इन्द्र के साथ लड़ने से श्री गणेश जी को बहुत ज्यादा भूख व प्यास महसूस हुई। चुनांचे बहुत स्वादिष्ट फल खाकर बहुत सा गंगाजल पीने से श्री गणेश जी का पेट बढ़ गया। तब भगवान श्री सदाशिवजी श्री गणेश जी को लम्बोदर के नाम से पुकारने लगे।

शुष्कां द्रष्ट्वा तु गंगा तां हरो गणपतेः प्रिये !।

क्रोधेनाप्युदरन्तस्याऽहनडुमरुण शिवे ! ॥

अवमन्मुखतो गंगा तदा गणपतेः प्रिये ।

यस्मात्लम्बोदरात्तस्य आह्लावीसा विनिःसृताः ॥

लम्बोदरी जल स्पर्शः कोटि जन्माघनाशनः ।

करणीयो महादेवि ? मामलेशस्य सन्निधौ ॥

हे-देवी ! भगवान श्री सदाशिव ने गंगा को सूखा हुआ देख श्री गणेश जी के पेट पर, क्रोध में भरकर डमरू से चोट की। फिर गंगा उनके पेट में से निकलकर बहने लगी और पौराणिक ने उसका नाम लम्बोदरी प्रसिद्ध किया।

हे प्रिय ! लम्बोदरी नदी के जल का स्पर्श कोटि जन्मों के पापों का नाश करता है। इसीलिए श्रीमलेश्वर के पास इस नदी का स्पर्श करना आवश्यक है।

ततो गत्वा रञ्जिजने पश्येद्वर्तुलाकारकोपलम् ।

स्नानं कृत्वा ततः सीताराम लक्ष्मण कुण्डके ॥

इसके पश्चात् रञ्जिजन में गोलाकार पत्थर की देव मूर्ति का दर्शन करे और वहां से सीताराम कुण्ड में स्नान करके आगे बढ़े।

रम्जनोपल

रंजनाख्यं तदा प्राप्य बनं दैत्यान्मोदोत्काटनः ।

विचरन्तो बनं पुण्यं रामः सीता च लक्ष्मणः ॥

तान दृष्ट्वा स्वेदसंयुक्ता बभूवु रंजने बने ।

तत्स्वेदजलसम्भूताः कुण्डस्तत्र शरानपि ॥

सीता, लक्ष्मण तथा राम ने विचरते-विचरते रम्जनख्य पवित्र वन में

आकर मदयुक्त राक्षसों को देखा इससे उनको पसीना आ गया और उनका वह पसीना कुण्डों में पड़ने से यह कुण्ड परम पवित्र हो गये ।

गृहीत्वाऽग्नि चारुह्य चकतं दैत्यपुंगवान् ।

शेषा भीताः पलायन्ते रामचन्द्र शरादिताः ॥

तद्रक्तपाताद्रक्तः सः गण्डशैलो ह्यनुत्तमः ।

रामपादरविन्दस्य स्पर्शनात्पावनः स्मृतः ॥

भगवान् श्री रामचन्द्र जी महाराज पाषाण पर चढ़कर बाणों से राक्षसों को समाप्त करने लगे । बहुत से राक्षस मारे गये और बाकी के इधर-उधर भाग गये । उन राक्षसों का खून गिरने से वह गण्डशैल (छोटी पहाड़ी) रंगीन हो गई और भगवान् श्री रामचन्द्र जी महाराज के चरण स्पर्श से दूसरों को पवित्र करने वाला हो गया ।

पापैनुक्तो भवेद्यत्र रंजनीपलदर्शनात् ।

कुण्डे स्नानञ्च कृत्वाऽत्र पापबन्धात्प्रमुच्यते ॥

इस रंजनोपल के दर्शन से मनुष्य पापों से मुक्त हो जाता है और कुण्ड में स्नान करने से समस्त पापों से छूटकर मुक्त हो जाता है ।

स्थानु आश्रम (चन्दनवाड़ी)

ततो गत्वा नीलगङ्गा तीर्थोदमवगाह्य च ।

प्रसन्नचित्तवृत्तिश्च ततः स्थाण्वाश्रमं ब्रजेत् ॥

इसके बाद नील गंगा में स्नान करके प्रसन्नचित्त हो स्थानु आश्रम (चन्दन-वाड़ी) की यात्रा करें ।

एकदा क्रीडतस्तस्य शिवस्य वरवर्णिनि ! ।

देव्याः सौरतसंलापरन्यैः क्रीडनकैरपि ॥

अक्षिणी चुम्बतस्तस्य पार्वत्या वरदायिनि ।

कालञ्जानाक्तं वदनं समभूतस्य सुन्दरि ! ॥

हे देवी ! एक बार काम, क्रीडा तथा खेल की बातों में भगवान् श्री सदाशिव का मुख श्री पार्वती जी के नेत्रों के साथ लग गया । हे सुन्दरी ! तब उनका मुख अंजन के कारण काला हो गया ।



दृष्ट्वांजाङ्कितं वदनं स्वं देवो भगवान् हरः ।

तदा प्रक्षालयामास गङ्गायो वदनं शिवः ॥

सर्वे गङ्गा समुत्पन्ना कालांजननिभाऽभवत् ।

नीलगङ्गेति विख्याता महापातक नाशिनी ॥

फिर भगवान् श्री सदाशिव जी ने सुरमे से काला देखकर उसे श्री गंगा जी में धोया, जिससे गंगा जी का रंग काला पड़ गया अतः गंगा का नाम नील गंगा प्रसिद्ध हो गया । यह नदी महा पापों को नष्ट करने वाली है ।

नीलगङ्गाजलस्पर्शो दोष संसर्गतोऽसृषाम् ।

स्त्रीणामात्मविकारादीन् नाश स नयति ध्रुवम् ॥

नील गंगा का स्पर्श दुष्ट मनुष्यों के साथ रहकर जो दोष प्राप्त हुए हों, उन्हें तथा स्त्रियों के मन के विकारों का नाश करता है इसमें रत्ती भर भी सन्देह नहीं है ।

यह नील गंगा पहलगांव से ६॥ मील चन्दनवाड़ी के मार्ग में है ।

पुरा चचार सुमहत् तपो हैमवने नगे ।

गिरीशो दक्षतनुजा विश्लेषिततनुः शिवः ॥

सेवा परा स्थिता तत्र चिरं देवी महेश्वरी ।

न चाचालात्मध्यानाद्धि तपसि स्थाणुसंस्थितः ॥

पूर्वकाल में भगवान् श्री सदाशिव दक्षप्रजापति की पुत्री सती का वियोग हो जाने पर हिमालय पर कठिन तप करने लगे । महेश्वरी फिर वहां पर बहुत वर्षों तक सेवा करती रही ।

सती ने पर्वतराज के यहां जन्म लेकर पार्वती का रूप पाया । यह तपस्या करने के पश्चात् भगवान् सदाशिव की सेवा करने लगीं ।

लेकिन उनकी सेवा करने पर भी भगवान् श्री सदाशिव की समाधि न खुलने पाई ।

वाटिकार्यां चंदनानां पार्वती ह्याकुलाऽभवत् ।

स्थाणुवत् संस्थितो यत्र महेशस्तपसि स्थितः ॥

स्थाण्वाश्रम इति प्रोक्तो महापातकनाशनः ।

स्थाण्वाश्रम समीपे तु यः स्नायात् सुखन्दिते ! ॥

तब श्री पावती जी चन्दन वाटिका में बड़ी घबराई । जिस वाटिका में भगवान् श्री सदाशिव वृक्ष के समान निश्चल रूप में तप में स्थित थे । उस वाटिका का नाम बाद में महापाप विनाशक प्रसिद्ध हुआ । हे देवी ! इस स्थानु आश्रम (चन्दनवाड़ी) के पास जो स्नान करता है वह शिव धाम को प्राप्त होता है ।

महापातकयुक्तो वा युतो वा ह्यपपातकं ।

स्थाण्वाश्रमवने पुन्ये मुच्यते सर्वकिल्बिषैः ॥

अत्र देवार्चनं कुर्वन् तिलतर्पणमेव च ।

जपश्च मुच्यते जन्तुमहापातक कोटिभिः ॥

ब्रह्म हत्या तथा गौ हत्या आदि पाप करने वाला मनुष्य यदि चन्दनवाड़ी में स्नान करे तो समस्त पापों से छूट जाता है ।

सरस्ती नदीं दृष्ट्वा स्नात्वा पापात्प्रमुच्यते ।

ततश्चोषसि पोषाख्यं गिरिभुलं धूपं पावनम् ॥

सरस्वती नदी का दर्शन करने से एवं उसमें स्नान करने से मनुष्य समस्त पापों से मुक्त हो जाता है । इसके समस्त यात्री को पोषाख्य पर्वत (पिस्सु घाटी) पर चढ़ना चाहिए ।

पिस्सु घाटी

एक बार देवता और राक्षस भगवान् श्री सदाशिव के दर्शनों के लिए आए । वह पहाड़ पर चढ़ते समय ईर्ष्या में ग्रस्त होकर कहने लगे कि हम पहले चढ़ेंगे ! दोनों में युद्ध होने लगा । राक्षसों से डटकर देवताओं ने एकाग्रचित्त होकर भगवान् श्री सदाशिव का ध्यान किया ।

शम्भोरनुग्रहाद् देवि ! पिष्ठा दैत्या सुरोत्तमैः ।

मुष्टप्रहारैः पिष्ठास्ते राक्षसा यत्र सुन्दरि ! ॥

लीनागिरौ भवन्ति स्मः यत्र ते राक्षसाः प्रिये ! ॥

दैत्यदेहास्थिसंभूता तत्र राशिः सुविस्तरा ॥



प्रिय ! भगवान् श्री सदाशिव जी की कृपा से देवताओं ने राक्षसों को मार-मारकर चूर्ण कर दिया । जिस स्थान पर देवताओं ने राक्षसों का चूर्ण बनाया, वहाँ पर उनकी अस्थियों का एक बहुत बड़ा ढेर लग गया ।

स गिरिः परमोद्धार पोषाह्यः प्रथितो भुवि ।

पिनिष्ट शिवभक्तानां पापरूपांस्तु राक्षसान् ॥

श्री श्री श्री श्री शितीकण्ठ इमं मन्त्र मनुस्मरन् ।

स ब्रह्ममदनं याति यत्र गत्वा न शोचते ॥

और यह पर्वत यानि, पिस्सू घाटी, अब शिव भक्तों के पाप-ताप हरती है । हे देवी ! श्री ४ शितीखण्ड इस मन्त्र को जो स्मरण करता हुआ इस पहाड़ पर चढ़ना है उसको ब्रह्मलोक प्राप्त होता है । यह ब्रह्मलोक जहाँ पर कि पाप-ताप व शोक का नाम तक भी नहीं है ।

तदुपरि च शेषस्य नागस्य विधिपूर्वकम् ।

दशनं स्पर्शनं पूजां कृत्वा गच्छेदतः परम् ॥

वायुवर्जनं देशे तु विधाय मटिकां ततः ।

तत्राश्रमपदे स्थित्वा संस्मरेदमरेश्वरम् ॥

इस पिस्सू घाटी पर विधिवत श्री शेषनाग का दशनं कर तथा पूजन करके आगे बढ़ें ।

वायुवर्जन में पत्थरों से छोटी मढ़ी बनाकर भगवान् श्री अमरेश्वर का स्मरण करें ।

### शेषनाग पर्वत

प्राचीन काल में इस पहाड़ पर एक बड़ा ही बलवान् राक्षस वायु के समान रूखा वाला रहता था । और वह यहाँ आने वाले देवताओं को बड़ा कष्ट पहुँचाता था । देवता भगवान् श्री सदाशिव श्री महाराज के पास गये । स्तुति के पश्चात् भगवान् श्री सदाशिव जी प्रसन्न हुए । देवताओं ने उनको राक्षस के सम्बन्ध में बताया । भगवान् श्री सदाशिव जी महाराज ने कहा कि मैंने इसको वरदान दिया हुआ है जिससे मैं इसको नहीं मार सकता । तुम भगवान् श्री विष्णु की शरण में जाओ । इस पर देवताओं ने क्षीर सागर के तट पर जाकर भगवान् श्री विष्णु की स्तुति की । भगवान् श्री विष्णु देवताओं की

स्तुति से प्रसन्न होकर बोले मैं अभी-अभी वायु रूपी दैत्य को नष्ट किये देता हूँ । तुम लोग स्वर्ग धाम को जाओ । शेषनाग जी पाताल से प्रकट हुए । उस पर भगवान् श्री विष्णु सवार हुए और आज्ञा दी ।

वातं पत्रफणीन्द्र ! त्व सहस्रवदनो लघु ।

प्राणांस्तर्पय नागेश ? यतस्त्व पवननाशनः ॥

एवं मागवर्तं श्रुत्वा वचनं चामृतोपमम् ।

प्रादुर्भूय च त दैत्यं वायुरूपं पपी क्षणात् ॥

हे सर्पराज ! तुम सहस्र मुखों से वायु का पान करो । अपने प्राणों को इस वायु द्वारा तृप्त करो, क्योंकि तुम वायु के खाने वाले हो । भगवान् के अमृत रूपी वचन सुनकर एक क्षण में शेषनाग ने देखते ही देखते वायु रूपी दैत्य को भक्षण कर लिया ।

तदा प्रभृति देवेशि ! नगोऽभूच्छेषपंकजः ।

स्वाश्रमेण प्यासी नागोर्वणितो योगिसत्तमः ॥

दर्शनात् स्पर्शनाद् स्नानात् दानाद्भो माज्जपात्तथा ।

स्वाध्यायस्तुतिपाठञ्च ह्यनन्तपुण्यमाप्नुयात् ॥

हे देवी ! उस दिन से ये पर्वत शेषनाग पर्वत के नाम से प्रसिद्ध है । तथा योगी जन इसको अपना आश्रम भी कहते हैं । इसके दर्शन करने से तथा तालाब में स्नान करने से और यहां पर जप, हवन, स्तुति का स्वाध्याय करने से मनुष्य अनन्त पुण्य को प्राप्त होता है ।

जब देवताओं ने राक्षसों को मार डाला तब उनमें से प्रष्टता नाम दैत्य वायु में मिलकर देवताओं को कष्ट देने लगा । इस पर समस्त देवता भगवान् श्री सदाशिव जी महाराज के पास गए और उनकी स्तुति की । इस पर भगवान् श्री सदाशिव जी महाराज ने प्रसन्न होकर कहा ।

मठिकांसु च देवेशाः ! कुरुष्वं वायुवर्णनम् ।

इत्थं कृत्वा ततो देवा मठिकास्तत्र प्रस्तरैः ॥

दर्शयामास तच्चोग्रं रूपं दैत्यपुरन्दरः ।

दृष्ट्वा दैत्यं तृग्ररूपं वज्रमिन्द्रः समादधे ॥

हे देवताओं ! तुम लोग यहां मट्टिएं बनाकर वायु को रोक दो । इस पर



देवता वहां पर पत्थर की मढियां बनाकर शान्तिपूर्वक रहने लगे । लेकिन एक बार दैत्य ने अपना उग्र रूप दिखाया । तब देवराज इन्द्र ने अपना वज्र उठाया ।

जघान दानव देवस्तत्रैव वायुवर्जने ।

तद्वायुवर्जनं नाम तीर्थभूतं सुरचितम् ॥

मठिकारचनातत्र पाषाणैर्देवतार्थयः ।

अनन्त पुण्य मात्नोति वायुवर्जदर्शनात् ॥

महापातकयुक्तो वा युतो वा चोपापतकै ।

मुच्यते पातकैर्घोषैर्दृष्ट्वा वा वायुवर्जनम् ॥

और उसी जगह राक्षस को मार डाला । तब से यह जगह वायुवर्जन देवताओं से पूजित तीर्थ प्रसिद्ध हुआ । यहां पत्थरों द्वारा देवताओं के लिए छोटे-छोटे घर बनाने तथा तीर्थ के दर्शन से मनुष्य अत्यन्त पुण्य को प्राप्त होता है ब्रह्म हत्या और गौ हत्या से युक्त मनुष्य इस तीर्थ के दर्शनों से इन महापापों से छूट जाता है ।

**हत्थारा तालाब**

शुणु शीले ! प्रवक्ष्यामि शुष्कीभूतं सरोवरम् ।

येन विज्ञातमात्रेण नरो मुच्येत संशयात् ॥

हे देवी ! जिस कारण यह तालाब (हत्थारा तालाब) सूख गया है वह सुनो । इसके सुनने से पुरुष संशय से रहित हो जाता है ।

जब भगवान् श्री सदाशिव जी महाराज तथा देवराज इन्द्र ने राक्षसों को नष्ट किया तो कुछ राक्षस भागकर इस तालाब में छिप गए और फिर वह राक्षस थोड़े समय के पश्चात्, देवताओं को पूर्ववत् दुःख देने लगे । भगवती पार्वती और सदाशिव जी महाराज विचरते हुए वहां आए । भगवती पार्वती ने भगवान् श्री सदाशिव जी महाराज से देवताओं के दुःख दूर करने के लिए कहा । भगवान् श्री सदाशिव महाराज ने हँकार किया और फिर डर कर इस तालाब में छुप गए । भगवान् श्री सदाशिव महाराज ने आप दिया । वह तालाब सूख गया ।

इस स्थान पर यात्रियों को मौन होकर यात्रा करनी चाहिए ।

ततः पंचतरङ्गिण्याः पंचस्रोतस्तु सुन्दरि ! ॥

स्नायाद्देवर्षिपितृश्च तर्पयेत्सुसमाहितः ॥

हे सुन्दरी ! इसके बाद पंचतरपिणी (पंचतरनी) के पाँच प्रवाहों में स्नान करे और देवता ऋषि तथा पितरों का सावधान होकर तर्पण करें ।

### पंचतरनी गंगा

पुरातान्डवलग्नस्य नृत्यमानस्य भूपतेः ।

प्रमोदातिशयात्तस्य कपर्दः शिथिलोऽभवत् ॥

ततो वै पंचधा देवी प्रादुर्भूता कर्पदतः ।

गंगा भगवती देवी महापातकनाशिनी ॥

पूर्वकाल में एक बार भगवान श्री सदाशिव महाराज ताण्डव नृत्य कर रहे थे और नृत्य करत समय उनकी जटाजूट ढीला हो गया और उसमें से फिर पंचतरनी गंगा निकली जो महापापों को दूर करने वाली है ।

जो मनुष्य इस आलस्य रहित पंचतरनी नदी में स्नान करता है, वह ब्रह्म-हत्या आदि घोर पाप से मुक्त हो जाता है । यहां पर स्नान करने वालों को वही फल मिलता है जो कुरुक्षेत्र, प्रयाग, नैमिषारण्य में स्नान तथा दान करने से प्राप्त होता है ।

गोर्हिरण्यं सुवासश्च क्षीमं चन्दनमेव च ।

कुङ्कुमागुरुकूर्पूरमृगाभ्यादि सुन्दरिः ! ॥

यो ददाति सुविप्रायः स शिवलोकमाप्नुयात् ।

आरुहेदुच्च शिखरं ततो डामरक श्रयेत् ॥

हे सुन्दरी ! यदि इस तीर्थ पर गऊ, वस्त्र, चन्दन, कैसर, अगर, कस्मुरी आदि आहुति को दान दिए जावें तो यात्री को शिव धाम की प्राप्ति होती है । इसके पश्चात् ऊँची चोटी वाले पहाड़ पर चढ़ कर डामरक देवता के दर्शन करने चाहिए ।



## डमारक देवता की कथा

महापातक युक्तो वा द्युता ब्रह्म पपातकै ।

पुन्यं डामरक कष्ट्वा मुच्यते पापकोटिभिः ॥

बहुनात्र किमुक्तेन पूछा प्रक्रमण तथा ।

कृत्वामरेश्वरस्यैव दर्शनाहो भवेत्पुमान् ॥

बड़े से बड़ा पापी भी डमारक देवता के दर्शन करने से पापों से छूट जाता है । हे देवी ? अधिक क्या कहूँ बस इतना कहना ही पर्याप्त है कि यात्री डमारक देवता की पूजा तथा परिक्रमा करने से ही श्री अमरनाथ के दर्शन योग्य होता है ।

एक बार भगवान श्री सदाशिव जी महाराज नृत्य में इतने लीन हो गए कि उनका सन्ध्या का समय भी व्यतीत हो गया । इससे उनको बड़ी चिन्ता हुई ।

तदाप्रभृति देवेशि ! तत्र डामरकोगणः ।

तस्यो सन्ध्या वेदनार्थं भवस्य सुर पूजिते ॥

एक बार भगवान श्री सदाशिव जी महाराज श्री कार्तिक स्वामी के साथ कंड़ा कर रहे थे कि उक्त गण को निद्रा आ गई और भगवान श्री सदाशिव महाराज का सन्ध्या काल व्यतीत हो गया । इससे भगवान श्री सदाशिव जी महाराज के क्रोध का कोई पारावार न रहा और उन्होंने उक्त गण को श्राप दिया कि वह शिला रूप होकर देर तक वहां ठहरे । वह गण कांपता हुआ भगवान श्री सदाशिव महाराज की सेवा में उपस्थित हुआ, लेकिन भगवान ने उसको क्षमा नहीं किया लेकिन यह जरूर कहा कि जो यहां पर मेरे (श्री अमरनाथ जी के) दर्शन के लिए आएगा, वह पहले तुम्हारी पूजा तथा परिक्रमा करेगा ।

तदप्रभृति देवेशि ! महाडामरको गणः .

दृषद्रणोऽभवत्तत्र रत्नपर्वतमूर्धनि ॥

यः कश्चिन्मानवो तोके गणं डामरमर्चयेत् ।

स प्रयाति शिवस्नानमिति सत्यं वदामि ते ॥

हे देवी ! उस दिन से महाडमारक गण रत्न नामक शिखर पर पाषाण रूप होकर रहता है और जो मनुष्य उसका पूजन करता है वह शिव धाम को प्राप्त होता है ।

आरुहेद्रत्न शिखरं तक्षडारकं श्रयेत् ।

श्रावण्यामुषसि शैलशिखरे डामरेश्वरम् ॥

भैरवं पूज्येद द्रष्टुं भाक्तायाऽथ सुरसुन्दरि ! ।

दीपं धृतमयं पुष्पमोदकान् विनवेदयेत् ॥

यात्री को चाहिए कि श्रावणी के दिन प्रातःकाल भैरों घाटी की यात्रा करते हुए चोटी पर डमारक की शरण में पहुँचे । डामरेश्वर भैरव का दर्शन और भक्ति सहित पूजन कर व्रत की जोत जलावे और मालपूओं तथा लड्डुओं का भोग लगावे ।

### गर्भ योनि

परिक्रम्य च नत्वाथ पर्वतादवरोहयेत् ।

मध्यतस्तत्र गच्छन्वे प्रविभेद्गर्भवासकम् ॥

तत्र सकृत्प्रविष्टरस्य न पुनर्गर्भसम्भ ।

तस्मान्निःसृत्य देवेशप्रपश्येदरमायतीम् ॥

यस्या दर्शनमात्रेण मर्त्योऽमर्त्यत्वचप्नुयात् ।

तद्वार्यमृतकल्पे तु स्वात्वा भूतिं प्रलेपयेत् ॥

परिक्रमा और प्रणाम कर पहाड़ से उतरते समय मध्य में चलता हुआ मार्ग में जो गर्भयोनि है, उसमें प्रवेश करें क्योंकि इसमें एक बार जाने से फिर मनुष्य का पुनर्जन्म नहीं होता है, गर्भयोनि में प्रवेश कर अमरावती नदी में प्रवेश करें । अमरावती के दर्शन मात्र से मनुष्य देवता मूल्य हो जाता है । इस नदी के अमृत समान जल में स्नान करके यात्री को चाहिए कि भस्म को अपने शरीर पर मले ।

यः कश्चिदपि चेशानि ! पुण्यगर्भं श्रयेत् ।

गर्भात्स मुच्यते जन्तुरिति न वचनं हिमे ॥

यदा कैलाशशिखरे श्रीडतस्तरथ प्रवेतेः ।

आक्षबा चाभबन्तन्दी द्वारपालो महेश्वरि ॥



देवी ! जो मनुष्य पवित्र गर्भयोनि में से निकल कर अमर गुफा को जाता है उसका फिर पुनर्जन्म नहीं होता है और फिर वह शिवरूप हो जाता है । देवी ! यह बात बिल्कुल सत्य है । हे ईशानि ! जब भगवान् श्री सदाशिव जी महाराज कलाश पर्वत पर नृत्य कर रहे थे, उस समय नन्दी उनकी आज्ञानुसार द्वारपाल था ।

देवता भगवान् श्री सदाशिव जी महाराज के दर्शन के लिए आए तो नन्दी ने उनको रोका । अब देवताओं तथा नन्दी में परस्पर युद्ध होने लगा । नन्दी ने भगवान् श्री सदाशिव जी महाराज से शिकायत की ।

भगवान् श्री सदाशिव जी महाराज ने नन्दी से कहा—'तुम दण्ड धारण करो । देवता तुम्हारा कुछ भी नहीं बिगाड़ सकेंगे । तुम द्वार पर चलो और दीवार बनाकर मार्ग में गर्भयोनि को रख दो । देवता उसमें प्रवेश न कर सकेंगे ।

इति तस्य वचः श्रुत्वा महेशस्त महागणः ।

महाप्रस्थं समुत्थाप्य गर्भागारे न्याधीपयत् ॥

महापापवनं छेतु चेदिच्छेत्प्रसम्प्रिये ।

तदाश्वेतु देवेशं गर्भागारान्वनिस्मृतः ॥

भगवान् श्री सदाशिव जी महाराज की बात सुनकर नन्दी ने गर्भग्रह के आगे एक बहुत बड़ा पत्थर रख दिया, जिसमें कि योनि सदृश छिद्र था । हे प्रिये ! जो पुरुष जन्म-जन्मान्तर के पापों से मुक्त होना चाहे वह गर्भयोनि में से निकल कर श्री अमरनाथ के दर्शन करे ।

स्नात्वामरावती नाम्ना नदी परमपावनोम् ।

तत्पङ्कसितदेहश्च बहुवस्त्रविर्वर्जितः ॥

प्रलपञ्छिव ! पन्थानं देहि मे परमेश्वर ।

तदा रोहेत् गिरिवरं त्यक्तवा क्रोधादि विक्रयाम् ॥

फिर अमरावती नदी में स्नान कर उसी की भस्मरूप कीचड़ को शरीर पर मल कर और उनसे सफेद होकर थोड़े वस्त्र, कोपीन, और रेशमी धोती को पहन कर 'सन्मार्ग प्रदान करो' कहते हुए तथा 'शिव शिव' उच्चारण करते हुए क्रोध, मोह आदि को त्याग कर पहाड़ पर चढ़ें ।

प्रणमेद्देवदेवं

गुहास्थममरेश्वरम् ।

स्तुवात् ह्यनयास्तुत्या भक्त्या तद्गतमानसः ॥

मनुष्य गुफा में स्थिति अमरेश्वर भगवान् देवताओं के देव भगवान् को नमस्कार करें और प्रभु के चरणों में मन लगाकर भक्ति के साथ इस तरह स्तुति करें :—

दयां कुरु हे दयासगर हर हर शिव शङ्कर शम्भो ।

दयां कुरु हे दयासागर हर हर शिव शङ्कर शम्भो ॥

संकटभूधरभेदनिमूदन शशधरशेखर नरकारे ।

भवसागर तारक हे त्र्यम्बक भवभयहरशकर शम्भो ॥

बाह्याभ्यन्तरदोषाणां क्षये तद्दर्शनं नृणाम् ।

दर्शनात्स्पर्शनाच्च पूजनाच्चापिवन्मनात् ॥

अमरेशस्य तल्लिङ्गं सत्यं नैवात्र संशयः ।

महापापकयुक्तानां युक्तनामुपपातकैः ॥

सर्वपापापहं नान्यत्सुखं देस्तरे कली ।

स्नानानीत्थं वितस्तायां षट्प्रोक्तानि पथोऽन्तरे ॥

त्रिंशदन्यत्र यात्रायाममरेश्वरदर्शने ।

षट्त्रिंशत्तत्त्वरूपाणां क्षेत्राणां परतः स्थितः ॥

इत्थं सम्पाप्यते शुद्धं शिवधामामृतेश्वरः ।

एव कृत्वा नरो यात्रां पश्येद् लिङ्गं रसात्मकम् ।

सयाति शिवसायुज्यं यतो भूयो न जायते ॥

सुधा लिंग के दर्शनों से मनुष्य, बाहर या भीतर का मैल नष्ट होकर वह शुद्ध या पवित्र हो जाता है। अमृत से बने हुए सुधा लिंग के दर्शनों से स्पर्श पूजन तथा बन्दन से महापापी मनुष्य भी समस्त पापों से छूट जाता है। कलयुग में मुक्ति का इससे बड़ कर दूसरा साधन बिल्कुल नहीं है। विस्तार (जहलम नदी) में ६ स्नान और श्री अमरनाथ जी की यात्रा में ३० स्नान है। इसके अलावा यहां पर देवताओं के ३६ स्थान हैं उन देव स्थानों के दर्शन करने से मनुष्य को शिवधाम की प्राप्ति होती है। इस प्रकार यदि मनुष्य यात्रा करता हुआ रसात्मक लिंग के दर्शन करे तो मोक्ष को प्राप्त होता है। जिससे कि उसको फिर बार-बार जन्म मरण का दुःख नहीं भोगना पड़ता।



## अमरेश महादेव

इदानी श्रोतुमिच्छामि ह्यमरेशं महेश्वरम् ।

कथं सह्यमरेशाख्यो गुहास्थोऽप्यभवत् किल ॥

शृणु वक्ष्ये महातार्थं ह्यमरेशस्य सुन्दरि ।

यच्छ्रुत्वा प्रविमुच्येत मन्नापातक कोटिमिः ॥

पावेंती जी बोलीं—प्रभो ! अब अमरेश महादेव की कथा सुनना चाहती हूँ और यह जानना चाहती हूँ कि महादेव गुहा में स्थित होकर अमरेश क्योंकर या कैसे कहनाये !

भगवान श्री सदाशिव जी महाराज ने उत्तर दिया—

देवी सुनो ! मैं अब अमरनाथ जी के महातीर्थ के सम्बन्ध में विस्तारपूर्वक कहता हूँ । इसके सुनने से मनुष्य करोड़ों पापों से छूट जाता है ।

आदि काल में ब्रह्मा, प्रकृति, अहंकार, स्थावर (पर्वतादि) जंगल (मनुष्य) ससार की उत्पत्ति हुई । इस क्रमानुसार देवता, ऋषि, पितर, गन्धर्व, राक्षस, सर्प, यक्ष, भूतगण, कुष्माण्ड, भैरव, गीदड़, दानव आदि की उत्पत्ति हुई । इस तरह नए प्रकार के भूतों की सृष्टि हुई । परन्तु इन्द्रादि देवता सभी मृत्यु के वश में हुए थे । देवता भगवान श्री सदाशिव जी महाराज के पास गए और उनकी स्तुति की । देवताओं ने कहा कि हमको मृत्यु बाधा करती है । आप कृपया कोई ऐसा उपाय बतनावे जिससे कि मृत्यु हम लोगों को बाधा न करे ।

श्रुत्वा देववचः सीम्यं महेशः प्रत्युवाच तान् ।

मृत्युपायं करिष्यामि सहध्वं सुरसत्तमाः ॥

गृहीत्वा शिरसस्तत्र हरश्चन्द्रकलां स्वयम् ।

संपीड्य दवानदन्मृत्युभेषजमुत्तमम् ॥

भगवान श्री सदाशिव जी महाराज ने देवताओं की बात सुनकर कहा—

“आप लोगों की मृत्यु के भय से रक्षा करूँगा ।” भगवान श्री सदाशिव ने इस तरह कहकर अपने सिर पर से चन्द्रमा की कला को उतारकर निचोड़ा और देवताओं से कहा—‘यह आप लोगों के मृत्यु रोग की ओषधि है ।’

सम्पीडनान्निः सुता या च धारा पारमिका प्रिये ।

संव भूता नदी पुण्या नाम्ना वै ह्यमरावती ॥

वे बिन्दुवश्च्युता देवि ! शरीरेऽस्य महात्मनः ।

ते भस्मरूपतां प्राप्य च्युताश्चाश्यानतां गताः ॥

देवी ! इस चन्द्रकला के निचोड़ने से पवित्र अमृत की धारा बह निकली और वह धारा अमरावती नदी है । प्रिये ! जो अमृत के बिन्दु चन्द्रकला के निचोड़ते समय भगवान श्री सदाशिव जी महाराज के शरीर पर पड़े थे वह सूख गए और पृथ्वी पर गिर पड़े । गुंहा में जो भस्म है वह अमृत बिन्दु की बहिन है भगवान जी के चन्द्रकला के निचोड़ से शरीर पर और बाद में पृथ्वी पर गिरे थे ।

प्रेरणा येषां महादेवि । शिवोऽपि द्रुतामगात् ।

ते तु द्रष्ट्वा शिवं तत्र द्रवीभूतं महेश्वरि ! ॥

तुष्टुबुर्वाग्भिरर्थ्याभिः प्रणमुश्च मुहुर्मुहुः श्व ।

स्वं पुनर्दर्शयामास देवानां हितकाम्यया ॥

हे देवी ! भगवान श्री सदाशिव जी महाराज देवताओं को प्रेम दिखाते हुए द्रवीभूत हो गए । देवता भगवान श्री सदाशिव जी महाराज को जल स्वरूप देखकर स्तुति करने लगे और बार-बार नत-मस्तक होकर नमस्कार करने लगे । तब भगवान श्री सदाशिव जी महाराज ने पुनः अपना यथार्थ स्वरूप उनको दिखाया ।

इसी कारण प्रत्येक पक्ष में अमृत विघलता और जमता है ।

रमोप्यश्यानतां प्राप्य लिङ्गरूपोऽभवत् प्रिये ।

लिङ्गरूपं हरं वीक्ष्य द्रवीभूतं महेश्वरि ॥

पुनः पुनः प्रणमुस्ते भवं कारुणिक परम् ।

देवांस्तुतिपरानद्रष्ट्वा प्रोवाच सुरसत्तमः ॥

देवी ! यह रस (द्रवीभूत) कठिन होकर लिंग रूप में परिवर्तित हो गया । लिंग रूप भगवान श्री सदाशिव जी महाराज को फिर द्रवीभूत हुआ देखकर देवता उनको बारम्बार नमस्कार करने लगे । भगवान श्री सदाशिव ने बड़ी दयाशुक्त वाणी से देवताओं से कहा—

हरः परमाया वाचा श्रृणुध्वं देवसत्तमाः ।

यस्माद्मर्दष्टं मे हेमलिंग दरीगृहे ॥



तस्मान्न मृत्युयुष्मान् वै वाञ्छते मदनुग्रहात् ।

इहैव ह्यमरा मृत्वा प्रयात शिव रूपताम् ॥

हे देवताओं ! तुमने मेरा बर्फ का लिंग शरीर इस गुफा में देखा है । इस कारण मेरी कृपा से आप लोगों को मृत्यु का भय नहीं रहेगा अब तुम यहीं पर अमर होकर शिव रूप को प्राप्त हो जाओ ।

इतः प्रमृति मे लिङ्गं ह्यमरेशः ख्यमुत्तमम् ।

पुण्यं परतरं दवात्रिलोके ख्यातिमेष्यति ॥

नत्वा च दण्डवद्देवालिङ्गं तदमरेश्वरम् ।

ततः प्रदक्षणीकृत्य स्वं स्वमालयमाययुः ॥

आज से मेरा यह अनादि लिंग शरीर तीनों लोकों में अमरेश के नाम से विख्यात होगा ।

देवता इस अमरेश्वर महाराज के लिंग शरीर को नमस्कार और परिक्रमा करके अपने-अपने स्थान को चले गये और सत्ता रूप से गुफा में भी रहे ।

इति दत्त्वा वर देवानमरेशो महेश्वरि ! ।

तदाप्रमृति लीनोऽभूदिगिरिदध्यन्तरे हरः ॥

असां सोमकलां प्राप्य देवानां हित काम्यया ।

मृत्युनाशं चकराशु तस्माद्वै ह्यमरेश्वरः ॥

हे देवी ! भगवान सदाशिव देवताओं को ऐसा वर देकर उस दिन से लीन होकर गुफा में रहने लगे । भगवान श्री सदाशिव जी महाराज ने अमृत-रूप सोम कला को धारण करके जो देवताओं की मृत्यु का नाश किया इस लिए तभी से उनका नाम अमरेश्वर प्रसिद्ध हुआ है ।

भ्रूणहा गुरुतल्पी च सुरापः स्वर्णहारकः ।

एनं द्रष्ट्वा महेशानि ! ह्यमरेश्वरसंज्ञकम् ॥

महापातकयुक्तो यः दृतो वा ह्युप पातकैः ।

द्रष्ट्वा रसमयं लिङ्गं सद्योमुच्येत सुन्दरि ॥

हे महेश्वरि ! गर्भपात करने वाला गुरु की शय्या पर आरुढ़ होने वाला, मदिरा पीने वाला, स्वर्ण चुराने वाला, गऊ हत्या करने वाला, ब्रह्म हत्या आदि करने वाला यदि श्री अमरनाथ जी के रसमय लिंग शरीर का दर्शन करे तो वह उसी क्षण समस्त पापों से मुक्त हो जाता है ।

## कबूतरों का रहस्य

कपोताः के गणस्तत्र कथं कुत्र स्थिता प्रभो ! ।

नदमे कृपया शम्भो ! लोकानां हितकाम्यया ॥

भगवान् पार्वती ने भगवान् श्री सदाशिव जी से पूछा — 'प्रभो ! कौन से शिवगण कबूतर हुए हैं और कबूतर क्यों कर हुए हैं और कहां पर स्थित हैं । कृपया यह सब मुझे विस्तार पूर्वक बतलाइये ।'

भगवान् श्री सदाशिव बोले—एक समय भगवान् महादेव सन्ध्या समय नृत्य कर रहे थे कि यह गण आपस में ईर्ष्या के कारण 'कुरु कुरु' शब्द करने लगे । महादेव जी ने क्रोधित होकर उनको यह शाप दिया कि तुम दीर्घकाल तक यही शब्द (कुरु कुरु) करते रहो । चूनाचि वह रूढ़ रूही गण उसी समय कबूतर हो गये । इनके दर्शनों से समस्त पाप दूर हो जाते हैं ।

## यात्रा का समय

भगवती श्री पार्वती ने भगवान् श्री सदाशिव जी महाराज से पूछा ।

प्रभो किस समय की यात्रा महाकाल के देने वाली है । श्री अमरनाथ जी के दर्शन व पूजन से क्या फल प्राप्त होता है ? इसके अतिरिक्त यह भी बताइये कि बड़े से बड़ा पापी किस वस्तु का दान करे जिससे कि उसके समस्त पाप नष्ट हो जायें ।

यतः स्वं दर्शयामास श्रावण्यां च हरः स्वयम् ।

ततश्च कथितायात्रा श्रावण्यां पुण्यदायिनी ॥

हे देवी ! श्रावणी पर यात्रा करनी बड़े भारी पुण्य को देने वाली है । क्योंकि भगवान् श्री सदाशिव जी महाराज ने अपना स्वरूप रक्षा पूर्णिमा में ही प्रकट किया है ।

वाराणस्यादशगुणं प्रयागाच्च शत स्मृतम् ।

सहस्रगुणितं देवि ! नैमिषात्कुरुजाङ्गलात् ॥

तत्पुण्यफलदं प्रोक्तं मया तव प्रियेच्छया ।

दिव्यं वर्षसहस्रन्तु लिगार्बदपूजनम् ॥

सुवर्णपुष्पैः मुक्ताभिः क्षौमेर्वरपटैस्तु यत् ।

तत्फलं समाप्नोति रसलिगस्य पूजनात् ॥



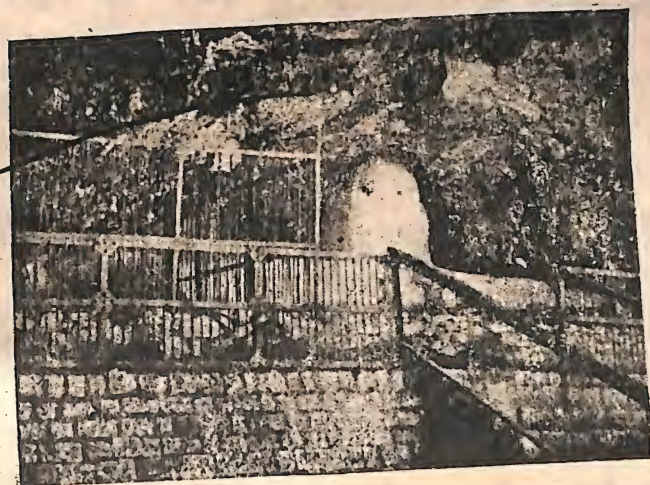
देवी ! काशी में लिङ्ग दर्शन तथा पूजन से दस गुणा, प्रयाग से सौ गुणा, नमिषारण्य तथा कुशक्षेत्र से हजार गुणा अधिक पुण्य देने वाला श्री अमरनाथ जी का पूजन है। जो कि मैंने तुम्हारे हित के लिए कहा है। देवताओं की हजार वर्ष तक सोने, फूल, मोती और पट्ट वस्त्रों से पूजा का जो फल मिलता है वह श्री अमरनाथ के रसलिंग पूजा से एक ही दिन में प्राप्त ही जाता है।

कस्तूरी, कपूर, चन्दन, केसर, मोती, सोना चांदी, पुष्प, धूप, दीप, नैवेद्य और अनेक प्रकार की सामग्री से जो मनुष्य भगवान श्री अमरनाथ जी का पूजन करता है उसको बड़ा भारी फल मिलता है। भगवान श्री अमरनाथ जी की आरती और पमिक्रमा से भी बहुत पुण्य प्राप्त होता है।

श्री अमरनाथ जी का दर्शन, स्पर्शन करके पंचतरंगणी के उत्तर संगम में जाकर देव व पितृ प्रसन्नार्थ श्राद्ध करे।

लौटने पर यात्रियों को मामलाख्य महाग्राम में जाकर श्री गणेश जी का पूजन करना चाहिए और वहां गंगा के तट पर खड़ी भगवती जी से जो भगवान श्री सदाशिव जी महाराज के सिर पर स्थित है अपनी यात्रा के सफल होने के लिए प्रार्थना करनी चाहिए। पाताल गंगा में स्नान करके यात्रियों को अपने-अपने घरों को वापिस जाना चाहिए।

अमरनाथ की गुफा



# श्री वैष्णो देवी का विवरण

वैष्णोदेवी का मन्दिर जिसे माता का द्वारा भी कहते हैं, रियासत जम्मू कश्मीर में है। इस स्थान की यात्रा हिन्दुओं में बहुत महत्व रखती है। हर साल भारत के कोने-कोने से खासकर पंजाब, हरियाणा, हिमाचल प्रदेश, देहली प्रान्त और उत्तर प्रदेश से लाखों भक्तजन माता के दर्शन करने का आते हैं और देवी के चरणों में आनी श्रद्धांजलि अर्पण करते हैं। यह स्थान जम्मू से लगभग ४० मील दूर पहाड़ी पर है। जम्मू से बस द्वारा पहले कटड़ा जाना पड़ता है और इससे आगे का रास्ता पैदल या घोड़े पर तय किया जाता है।

जम्मू एक बहुत प्रसिद्ध और प्राचीन शहर है, यह एक पहाड़ी के ऊपर बसा हुआ है। जम्मू शहर और इसके आस पास बहुत से मन्दिर हैं। यहां का रघुनाथ जी का मन्दिर सबसे बड़ा है इस मन्दिर में एक बहुत बड़ी धर्मशाला भी है यहां यात्री लोग विश्राम करने के लिए ठहरते हैं। शहर में और भी कई धर्मशालायें हैं।

कटड़ा—यह स्थान जम्मू से तीस मील दूर है और समुद्र की सतह से २००० फुट की ऊंचाई पर है। यह नगर पहाड़ी की उतराई पर बसा हुआ है और यहां की प्राकृतिक सुन्दरता बहुत ही आकर्षण है। यहां पर भी कई मन्दिर हैं जहां यात्री पूजा पाठ करते हैं, ठहरने के लिए यहां कई धर्मशालायें भी हैं जहां यात्रियों के लिए कई प्रकार की सुविधायें प्राप्त होती हैं।

कटड़ा से चलकर दो मील की दूरी पर चरणपादुका मन्दिर आता है, चरणपादुका मे माता के दाहिने पांव का चिह्न है, इसलिए इस स्थान का नाम चरणपादुका पड़ गया है।

आदिकुमारी चरणपादुका से चलकर कुछ फासले पर आदिकुमारी का स्थान आता है। यहां यात्रियों के लिए धर्मशालायें व तलाब है, यहां एक तंग गुफा है जिसे 'गर्भवास' कहते हैं।

आदिकुमारी से हाथी मत्था, कमान, गोश, सांक्षी छत्र और मैरों दाप से होते हुए यात्री वैष्णोदेवी पीठ पर पहुँचते हैं। यहां भगवती वैष्णो देवी ने दमन द्वारा महाकाली, महालक्ष्मी, महासरस्वती के साथ तादात्म्य प्राप्त किया है। यह गुफा समुद्र से ५३०० फुट की ऊँचाई पर है। देवी का निवास एक तंग और लम्बी गुफा के अन्दर है जो कि देवी ने त्रिशूल के प्रहार से पहाड़ बना लिया है।

गुफा के अन्दर भगवती वैष्णो देवी, महाकाली, महालक्ष्मी, महासरस्वती नाम की तीन पिण्डियां हैं जो कि भगवती वैष्णो देवी के ही स्वरूप हैं। इन मूर्तियों के चरणों से निर्मल जल की धारायें बहती रही हैं, इसे बाण गंगा भी कहते हैं। गुफा के बाहर इसी पानी में यात्री स्नान करके दर्शन को जाते हैं।

## काश्मीर

काश्मीर पृथ्वी पर स्वर्ग है। इसकी प्राकृतिक सुन्दरता संसार में एक अपना ही विशेष स्थान रखती है। जिसकी व्याख्या करना सूर्य को दीपक दिखाना है। इसकी सुन्दरता को चार चाँद लगाने का श्रेय वहां पर स्थान स्थान पर स्वच्छ, निर्मल पानी के चश्मे, नदियां, ऊँचे-ऊँचे पर्वत शिखर, बर्फ से ढकी चोटियाँ, हरे-हरे बाग तथा सुन्दर घाटियों को है। इनको देखकर मनुष्य को अनायास ही यह आभास होता है कि जैसे वह स्वर्ग में हो, इसके साथ ही ऐसे सुख की अनुभूति करता है जिससे अत्यन्त ही मनमोहक अनन्य आनन्द की प्राप्ति होती है।

सूर्यास्त की बेला का वह मन मोहक दृश्य जिसे देखकर मनुष्य के मुँह से अनायास ही निकल पड़ता है कि संसार में ऐसा लुभावना दृश्य शायद ही कहीं प्राप्त ही सके। जब हरे-हरे वृक्षों पर साँय काल सूर्य की लालिमा पड़ती है तो उस वक्त की छवि देखते ही बनती है। जैसे नवोदित गुलाब की कलियाँ विकसित हो रही हों या यों कहिए कि इसकी सुन्दरता को देखकर स्वर्ग से देवता लोग पुष्प वर्षा कर रहे हों।



काश्मीर घाटी की लम्बाई ६० मील और चौड़ाई २० से २५ मील तक है और ऊँचाई २२०० फुट से ६००० फुट है। काश्मीर जाने के लिए बम्बई, कलकत्ता, देहली, अमृतसर व देश के कोने कोने से यात्रियों को रेल द्वारा पठानकोट पहुँचना पड़ता है। देहली अमृतसर, से विमान द्वारा भी सीधे श्रीनगर पहुँचा जा सकता है।

पठानकोट से श्रीनगर तक डीलैक्स बसें चलती हैं। पठानकोट से ६७ मील के फासले पर एक शहर 'जम्मू' है। यहाँ पर कई धार्मिक स्थान हैं जिनमें सर्वश्रेष्ठ प्रसिद्ध मन्दिर 'श्री रघुनाथ जी' का है। जम्मू के आगे पहाड़ी मार्ग प्रारम्भ हो जाता है। कई ऊँचे-ऊँचे पहाड़ों को पार करने के पश्चात् फिर नगर पहुँचा जाता है। रास्ते में ऊधमपुर, बुद, बटोत, रामवन बनिहाल काजी कुंड और खन्नावल आदि प्रसिद्ध पड़ाव आते हैं। बनिहाल से आगे पीर पजाल की पहाड़ियों में जवाहर सुरंग से होकर कश्मीर घाटी में प्रवेश किया जाता है। यहाँ का दृश्य अति सुन्दर है।

## श्री नगर

यह काश्मीर घाटी का सबसे खूबसूरत शहर है। यह 'जेहलम' नदी के दोनों ओर स्थित है। इसके बाहर सुन्दर 'डलभील' है। एक ओर हाउसबोट की सुन्दर पंक्तियाँ हैं। भील के उज्ज्वल निर्मल जल पर शिकारें सैलानियों की सैर कराते हैं। हाउसबोटों को बहुत सुन्दरता से सजाया गया होता है जिनमें 'सैलानी' रहना अधिक पसन्द करते हैं।

## नेहरू पाक

यह डल भील में एक टापू की तरह है। जो बहुत आकर्षक लगता है। वहाँ तक किशती में बैठकर जाना पड़ता है। लोग मोटरबोट में बैठकर भील की सैर का दूर दूर तक आनन्द लेते हैं।

## शंकराचार्य जी का मन्दिर

यह एक प्राचीन मन्दिर है जो कि शंकराचार्य नामक पहाड़ की एक हजार फुट ऊँची चोटी पर स्थापित है। इसकी चोटी पर खड़े होकर श्रीनगर

के चारों ओर के दृश्य साफ दिखाई देते हैं जो कि बहुत ही मनमोहक लगते हैं।

## चश्माशाही

यह स्थान श्रीनगर से ५॥ मील की दूरी पर है। इसकी स्थापना मुगल सम्राट 'शाहजहाँ' ने की थी। यह पहाड़ी के आँचल में स्थित है। इसके चारों ओर सुन्दर बाग है दर्शक यहाँ आकर पिकनिक का आनन्द लेते हैं। इस चश्मे के पानी की श्रेष्ठता यह है कि स्वास्थ्य के लिए बहुत लाभप्रद है। यहाँ से डलभील, नसीम बाग, चार चिनार आदि के दृश्य बहुत सुहावने लगते हैं।

## निशात बाग

चश्मे शाही से ढाई मील की दूरी पर डल भील के किनारे पर है। यह सब बागों में सुन्दर बाग है। यह तरह-तरह के फूल, पोधों और पेड़ों से सुसज्जित है। इसके एक ओर 'डल भील' दूसरी तरफ चश्मा है। चश्मे का पानी झरनों द्वारा बाग के मध्य से बहता हुआ भील में चला जाता है। बाग में कई फव्वारे हैं जो इसकी सुन्दरता को चार-चाँद लगाते हैं।

## शालीमार बाग

निशात बाग से २ मील की दूरी पर है। इसे जहांगीर बादशाह ने बनवाया था। यह अपनी ही किस्म का एक सुन्दर बाग है। इसकी हरियाली फूलों की सुन्दरता, भिन्न-भिन्न पेड़ों का होना इसकी सुन्दरता को और भी बढ़ा देते हैं। इससे दो मील चलने पर एक और सुन्दर बाग 'हार्वन' है। इसमें एक बहुत बड़ा बाँध बना हुआ है। इसी बाँध का पानी श्रीनगर शहर में बितरण किया जाता है।

# श्रीनगर

से

## अमरनाथ

श्रीनगर से फासला

	कि० मी०	मील
प.न.पूर	१४	६
अवन्तीपुर	२८	१८
बीजनिहारा	४६	२६
अनन्त बाग	५३	३४
मटन	६३	३९
ऐशमुकाम	८५	४७
पहलगॉव	६५	६०
चन्दनबारी	१११	६९
शेषनाग	१२२	७७
बावजन	१२४	७८
पंचतरनी	१३४	८४
अमरनाथ गुफा	१४१	८८

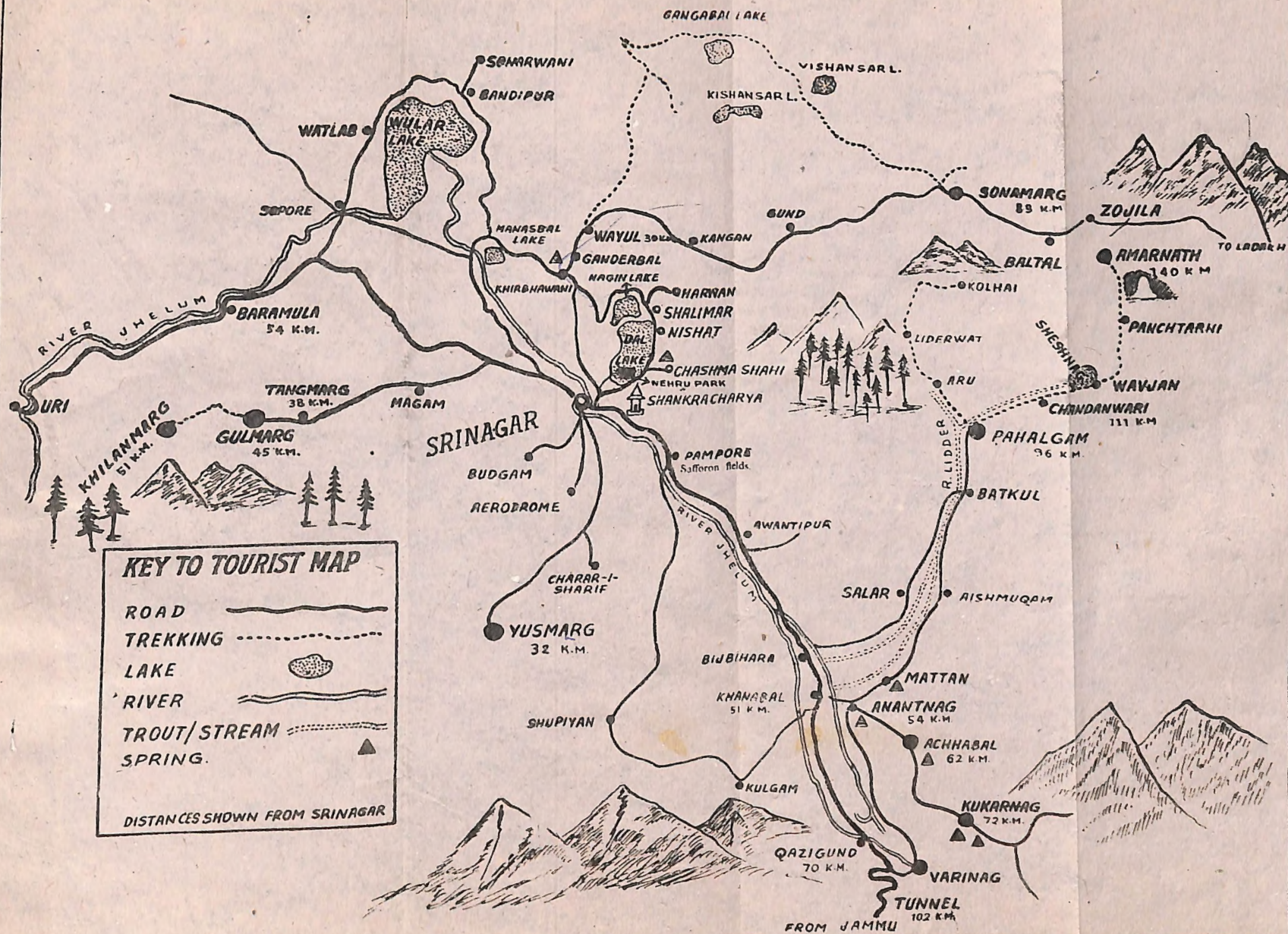
शारदा पुस्तकालय

(संजीवनी प्रकाशक केन्द्र)

क्रमांक... ६९३ ...

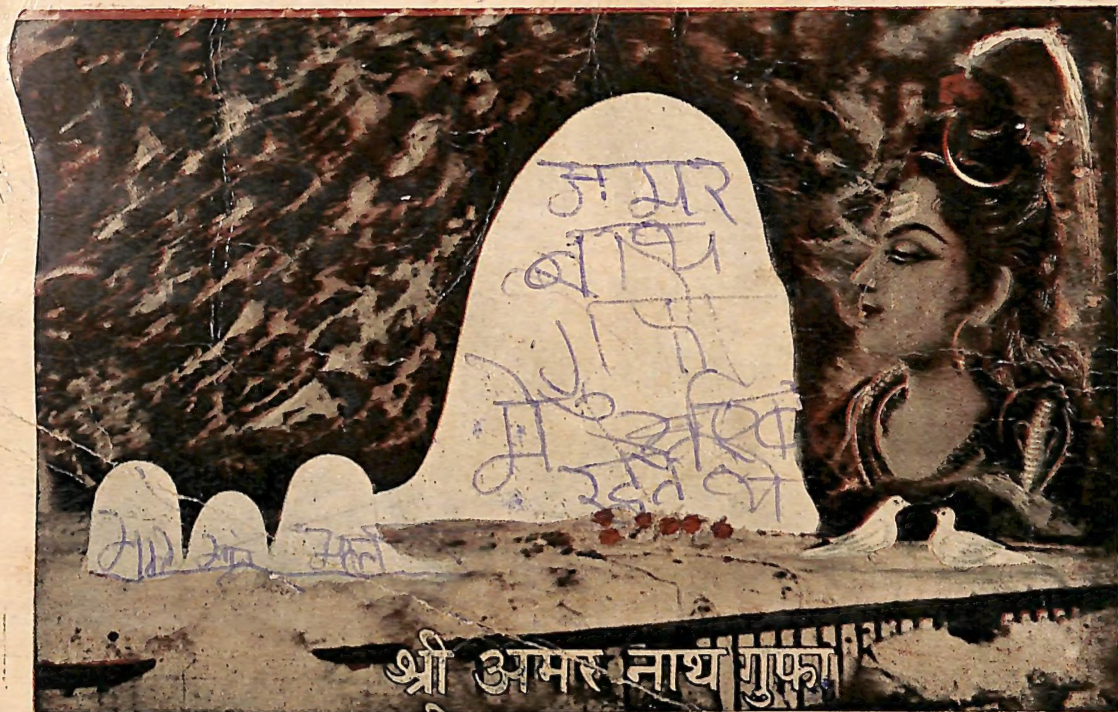
मुद्रक : गुप्ता प्रिंटिंग वर्क्स, ४७२ साईकिल मार्केट दिल्ली-११०००६











श्री अमरनाथ गुफा